13 20720 E

DER STERN

116. JAHRGANG NUMMER 3 KIRCHE JESU CHRISTI DER HEILIGEN DER LETZTEN TAGE MÄRZ 1990

DER STERN

MÄRZ 1990



DER WILLE DES HERRN

Ich finde, der *Liahona* (so heißt der STERN auf spanisch) führt uns, zeigt uns den Weg, motiviert uns, macht uns Mut, regt uns an und läßt uns freundlich, brüderlich und liebevoll sein. Manchmal strömen mir die Tränen die Wangen hinab, wenn ich von unseren Schwestern und Brüdern hier und in anderen Ländern der Welt lese.

Der *Liahona* bringt mir mit der Botschaft von der Ersten Präsidentschaft die Stimme und den Willen des Herrn ins Haus. Hier wird mir gesagt, was der Herr *heute* von mir und meiner Familie erwartet. Außerdem werde ich vor den weltlichen Gefahren gewarnt, denen wir ausgesetzt sind, und auf sie aufmerksam gemacht. Aber wenn wir den weisen, aktuellen Rat der führenden Brüder befolgen, finden wir innere Ruhe, Frieden und Kraft.

Auch unsere Kinder lesen sehr gerne im *Liahona*. Er ist unterhaltend und vermittelt ihnen dabei ewige Prinzipien. Und wenn der *Liahona* anschließend einige Eselsohren hat, so macht mir das nichts aus, denn das ist ein Zeichen dafür, daß sie ihn lesen und seine Botschaft aufnehmen.

Wir verwenden den *Liahona* auch beim Familienabend und lesen und besprechen gemeinsam Artikel, die davon erzählen, wie sich das Evangelium auf der Welt ausbreitet.

Für meine Familie ist der *Liahona* genauso wichtig wie die heiligen Schriften und mein Patriarchalischer Segen. Er ist wie die eiserne Stange, die uns zum Baum des Lebens führt. Er zeigt uns, wohin wir uns wenden müssen und wie wir sicher vorankommen.

Das ist mein Zeugnis vom *Liahona*, ebenso das meiner Frau und meiner sechs Kinder.

Carlos Valazues Solis
Gemeinde Vista Hermosa
Pfahl Santiago Cinco de Abril in Chile

BESUCHSLEHRARBEIT

Ich freue mich, daß ich Ihnen sagen darf, wie ich den *Nordstjarnan* (so heißt der STERN auf schwedisch) finde. Er hat mir zu Hause und in meinen Berufungen in der Kirche viel geholfen.

Ich bin sehr dankbar für die Botschaft von der Ersten Präsidentschaft und für die vielen Artikel zu unterschiedlichen Themen wie beispielsweise Ehe und Familie. Vor allem aber bin ich für die Besuchslehrbotschaft dankbar. Sie ist mir eine große Hilfe bei der Besuchslehrarbeit, und ich weiß, daß andere Schwestern das genauso empfinden. Ich bin lange Zeit FHV-Leiterin gewesen, und deshalb freue ich mich besonders, daß man viel tut, um die Unterrichtsqualität in der Kirche und zu Hause zu verbessern.

Die Botschaft von der Ersten Präsidentschaft hat mein Zeugnis gefestigt, und weil eine solche Botschaft heilige Schrift ist, versuche ich nach besten Kräften, die darin enthaltenen Ermahnungen zu befohlen.

Darüber hinaus finde ich es sehr schön, daß die Generalkonferenzansprachen so bald nach der Konferenz abgedruckt werden.

Gertie Ullstrom
Sonntagsschullehrerin
Schweden

DER FREUND DER MITGLIEDER

Ich lese den *Songdo Wi Bot* (den Freund der Mitglieder – so heißt der STERN auf koreanisch) seit dreizehn Jahren, und – ohne zu übertreiben – möchte ich sagen, daß diese Zeitschrift die interessanteste der ganzen Welt ist. Obwohl die Mitglieder weit entfernt voneinander und in einer unterschiedlichen Kultur leben, verbindet es uns, wenn wir von den Erfahrungen lesen, die allen Mitgliedern gemein sind.

Ich möchte gerne mehr über die Generalautoritäten erfahren, und nur im *Songdo Wi Bot* können wir sie kennenlernen.

Lee In Sun
Gemeinde Hwa Gok
Pfahl Seoul Kang Seo in Korea

EINE EINZIGARTIGE BOTSCHAFT

Ich bin Künstlerin und gehöre der Kirche seit 1955 an. Voller Bewunderung habe ich den Aufstieg Ihres „Sterns" (auf holländisch *De Ster*) miterlebt. Er konkurriert jetzt mit den besten Monatszeitschriften, übertrifft sie aber alle wegen seiner einzigartigen Botschaft. Glückwunsch zu den hervorragenden Illustrationen – bitte drucken Sie den Namen des jeweiligen Illustrators noch deutlicher ab – wir haben großes Interesse!

Ein Vorschlag: Veröffentlichen Sie doch bitte in Farbe mehr Gemälde alter Meister. Die Arbeiten des dänischen Malers Karl Bloch sind hervorragend, aber ich würde gerne auch Arbeiten von Rembrandt, Rafael, van Dijk und Delacroix sehen.

Nora Jansen-Meyer
Waddinxveen
Niederlande

März 1990 116. Jahrgang Nummer 3

Offizielle deutschsprachige Veröffentlichung der Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage mit Artikeln aus den Zeitschriften *Ensign*, *New Era* und *Friend*.

Die Erste Präsidentschaft:
Ezra Taft Benson
Gordon B. Hinckley
Thomas S. Monson

Das Kollegium der Zwölf:
Howard W. Hunter, Boyd K. Packer, Marvin J. Ashton, L. Tom Perry, David B. Haight, James E. Faust, Neal A. Maxwell, Russell M. Nelson, Dallin H. Oaks, M. Russell Ballard, Joseph B. Wirthlin, Richard G. Scott

Redaktionsleitung: Rex D. Pinegar, Gene R. Cook, William R. Bradford, Francis M. Gibbons, Jeffrey R. Holland

Chefredakteur: Rex D. Pinegar

Zeitschriftendirektor der Kirche: Thomas L. Peterson

International Magazines
Geschäftsführender Redakteur: Brian K. Kelly

Stellvertreter: David Mitchell
Ressortleiter: Ann Laemmlen
Ressortleiter Kinderstern: DeAnne Walker
Künstlerische Gestaltung: M. Masato Kawasaki
Layout: Sharri Cook

DER STERN

Verantwortlich für Übersetzung und Lokalteil: Johannes Gutjahr, Dieselstraße 1, D-6367 Karben 1
Telefon: 06039/5001

Herausgeber:
Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, Industriestraße 21, Postfach 1549, D-6382 Friedrichsdorf 1, Telefon: 06172/710334

Die internationale Zeitschrift der Kirche, deutsch „DER STERN", erscheint monatlich auf chinesisch, dänisch, deutsch, englisch, finnisch, französisch, holländisch, italienisch, japanisch, koreanisch, norwegisch, portugiesisch, samoanisch, schwedisch, spanisch und in der Tongasprache; zweimonatlich wird sie auf indonesisch, tahitisch und thailändisch veröffentlicht, vierteljährlich auf isländisch.

DER STERN (ISSN 1044-338X) is published monthly hy The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 East North Temple, Salt Lake City, UT 84150. Second-class postage paid at Salt Lake City, Utah. Subscription price $10.00 a year. $1.00 per single copy. Thirty days notice required for change of address. When ordering a change, include address label from a recent issue; changes cannot he made unless hoth the old address and the new are included. Send USA and Canadian subscriptions and queries to Church Magazines, 50 East North Temple Street, Salt Lake City, Utah 84150, United States of America. Subscription information telephone number 801-240-2947.

POSTMASTER: Send address changes to DER STERN at 50 East North Temple Street, Salt Lake City, Utah 84150, United States of America.

Jahresabonnement:
DM 27,– durch Einzugsverfahren (bei Bestellung durch Zweig oder Gemeinde). Bei Direktbestellung an Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage, Frankfurter Sparkasse, Konto-Nr. 88666, BLZ 50050102.
sFr. 22,00 an Citibank, N. A. Zürich, Konto-Nr. 0/110501/005, Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage in der Schweiz.
öS 182,– an Erste Österreichische Spar-Casse-Bank, Konto-Nr. 004-52602, Kirche Jesu Christi der Heiligen der Letzten Tage.
USA und Kanada (nicht mit Luftpost): US$10.00

Erscheint zwölfmal im Jahr

Printed hy
Friedrichsdorf Printing Center
Federal Republic of Germany

Beilagenhinweis: Dieser Ausgabe liegt der „KINDERSTERN März 1990" bei.

PBMA9003GE

EINE MÄCHTIGE WANDLUNG IM HERZEN

PRÄSIDENT
EZRA TAFT BENSON

Der Glaube an den Herrn Jesus Christus bildet die Grundlage, auf die sich aufrichtige, wahrhafte Umkehr gründen muß. Wenn wir uns wirklich bemühen, Sünde zu tilgen, müssen wir zuerst zu dem aufblicken, der der Urheber unserer Errettung ist.

Der Begriff „Mitglied der Kirche" bedeutet gemeinhin, daß der Name des Betreffenden offiziell in den Berichten der Kirche geführt wird. Wenn man von dieser Definition ausgeht, hat die Kirche mehr als sechs Millionen Mitglieder. Für den Herrn aber bedeutet dieser Begriff etwas ganz anderes. 1828 hat er nämlich durch den Propheten Joseph Smith gesagt: „Siehe, dies ist meine Lehre: Wer umkehrt und zu mir kommt, der ist meine Kirche." (LuB 10:67.) Der Herr, dem diese Kirche ja gehört, erwartet von einem Mitglied weit mehr, als daß es nur in den Berichten der Kirche eingetragen ist.

Ich möchte daher über wichtige Prinzipien sprechen, die wir kennen und anwenden müssen, wenn wir wahrhaft umkehren und zum Herrn kommen wollen.

Zu den Lügen, die der Satan am häufigsten verwendet, gehört die Behauptung, Gottes Gebote seien dazu bestimmt, den Menschen ihre Freiheit zu nehmen und ihr Glücklichsein zu beschränken. Vor allem junge Menschen haben manchmal das Gefühl, die Maßstäbe des Herrn seien wie Zäune und Ketten und schlössen sie von dem aus, was im Leben am meisten Freude macht. Aber genau das Gegenteil ist der Fall. Der Evangeliumsplan ist der einzige Plan, der dem Menschen eine Fülle der Freude ermöglicht. Das erste Prinzip, das ich deutlich machen möchte, lautet daher: Die Evangeliumsgrundsätze bilden die Stufen und Richtlinien, die uns helfen, wahres Glück und wahre Freude zu finden.

Der Psalmist, der darum wußte, rief freudig aus: „Wie lieb ist mir deine Weisung. ... Dein Gebot macht mich weiser als all meine Feinde. ... Dein Wort ist meinem Fuß eine Leuchte. ... Deine Vorschriften sind auf ewig mein Erbteil; denn sie sind die Freude meines Herzens." (Psalm 119:97,98,105,111.)

Wenn wir wahrhaft Umkehr üben und zum Herrn kommen wollen, so daß wir uns Mitglieder seiner Kirche nennen können,

ILLUSTRATION VON GREG K. OLSEN



müssen wir uns als erstes die wichtige Wahrheit bewußt machen, daß der Evangeliumsplan der Plan des Glücklichseins ist. Schlecht zu sein hat noch nie glücklich gemacht und wird es auch nie. Wenn wir Gottes Gebote übertreten, ernten wir nur Elend, Knechtschaft und Finsternis.

Als zweites müssen wir den Zusammenhang zwischen Umkehr und Glauben kennen. Umkehr ist der zweite Evangeliumsgrundsatz. Der erste besagt, daß wir an den Herrn Jesus Christus glauben müssen. Warum ist das so? Warum muß der Glaube an den Herrn wahrer Umkehr vorangehen?

Um diese Frage beantworten zu können, müssen wir einen bestimmten Aspekt des Sühnopfers verstehen. Lehi hat erklärt, daß „kein Fleisch in der Gegenwart Gottes wohnen kann außer durch das Verdienst und die Barmherzigkeit und die Gnade des heiligen Messias" (2 Nephi 2:8). Selbst der gerechteste und ehrlichste Mensch kann sich nicht aufgrund seiner eigenen Verdienste erretten, denn, wie der Apostel Paulus gesagt hat: „Alle haben gesündigt und die Herrlichkeit Gottes verloren." (Römer 3:23.)

Wenn der Erretter nicht ein vollkommenes, sündenloses Leben geführt und dieses Leben nicht für uns niedergelegt hätte, dann könnte es keine Sündenvergebung geben.

Daher bedeutet Umkehr viel mehr als nur eine Verhaltensänderung zum Besseren. Viele Menschen legen große Willenskraft und Selbstzucht an den Tag, indem sie schlechte Gewohnheiten und die Schwächen des Fleisches überwinden.

Dennoch denken sie dabei nicht an den Herrn und verwerfen ihn in manchen Fällen sogar ganz offen. Solche – wenn auch positiven – Änderungen sind nicht als wahre Umkehr anzusehen.

Der Glaube an den Herrn Jesus Christus bildet die Grundlage, auf die sich aufrichtige, wahrhafte Umkehr gründen muß. Wenn wir uns daher wirklich bemühen, Sünde zu tilgen, müssen wir zuerst zu dem aufblicken, der der Urheber unserer Errettung ist.

Das dritte wichtige Prinzip, das wir kennen müssen, wenn wir wahre Mitglieder der Kirche sein wollen, besagt, daß zur Umkehr nicht nur eine Verhaltensänderung gehört, sondern auch eine Wandlung im Herzen.

Als König Benjamin seine eindrucksvolle Rede im Land Zarahemla beendet hatte, rief das ganze Volk wie mit einer Stimme, daß es seinen Worten glaube. Alle wußten bestimmt, daß seine Verheißungen in bezug auf die Erlösung wahr waren, und zwar – so sagten sie – „durch den Geist des allmächtigen Herrn, der in uns, nämlich in unserem Herzen, eine mächtige Wandlung bewirkt hat, so daß wir [beachten Sie das] keine Neigung mehr haben, Böses zu tun, sondern, ständig Gutes zu tun" (Mosia 5:2).

Wenn wir diese mächtige Wandlung erlebt haben, die nur durch den Glauben an Christus und durch den Einfluß des Heiligen Geistes möglich wird, so ist das, als ob wir ein neuer Mensch geworden seien. Deshalb wird diese Wandlung auch oft als Neugeburt bezeichnet. Tausende Mitglieder haben diese Wandlung bereits erlebt. Sie haben von der Sünde – in manchen Fällen von schwerer, schmerzlicher Sünde – abgelassen und sich durch das Blut Christi rein gemacht. Sie haben keine Neigung mehr, ihre alten Fehler zu wiederholen. Sie sind wirklich ein neuer Mensch geworden. Das bedeutet die Wandlung im Herzen.

Das vierte Prinzip, auf das ich eingehen möchte, ist die Aufforderung in der heiligen Schrift, daß wir für unsere Sünden „gottgewollte Traurigkeit" empfinden sollen. Es ist nichts Ungewöhnliches, daß ein Mensch Reue empfindet, wenn er etwas Falsches getan hat. Das rührt manchmal daher, daß er lieben Menschen großen Kummer bereitet und sie in Not gebracht hat, manchmal aber auch daher, daß er ertappt und für sein Vergehen bestraft wird. Eine solche Empfindung hat aber nichts mit „gottgewollter Traurigkeit" zu tun.

Was gottgewollte Traurigkeit ist, wird an zwei Stellen in der heiligen Schrift ganz deutlich. Kurz vor dem endgültigen Niedergang der Nephiten sagte Mormon von seinem Volk: „Denn ihr Trauern diente nicht der Umkehr – wegen der Güte Gottes –, sondern es war vielmehr das Trauern der Verdammten, weil der Herr es ihnen nicht immer zuließ, ihr Glück in der Sünde zu finden.

Und sie kamen nicht mit reuigem Herzen und zerknirschtem Geist zu Jesus, sondern fluchten Gott und wünschten zu sterben." (Mormon 2:13,14.)

In der Alten Welt wirkte der Apostel Paulus bei den Korinthern. Als er von schwerwiegenden Problemen bei den Mitgliedern hörte, wozu auch unsittliches Verhalten zählte (siehe 1 Korinther 5:1), schrieb er ihnen einen Brief, in dem er sie scharf zurechtwies. Die Mitglieder verstanden diesen Brief richtig und merzten die Schwierigkeiten aus, denn in einem zweiten Brief schrieb Paulus: „Jetzt freue ich mich, nicht weil ihr traurig geworden seid, sondern weil die Traurigkeit euch zur Sinnesänderung geführt hat. Denn es war eine gottgewollte Traurigkeit. ...

Die gottgewollte Traurigkeit verursacht nämlich Sinnesänderung zum Heil, die nicht bereut zu werden braucht; die weltliche Traurigkeit aber führt zum Tod." (2 Korinther 7:9,10.)

In beiden zitierten Schriftstellen wird gesagt, daß gottgewollte Traurigkeit zur Umkehr führt.

Gottgewollte Traurigkeit ist eine Gabe des Geistes. Wir machen uns bewußt, daß unser Verhalten den himmlischen Vater gekränkt hat. Wir sind uns ganz deutlich darüber im klaren,

DER GLAUBE AN DEN HERRN JESUS CHRISTUS BILDET DIE GRUNDLAGE, AUF DIE SICH AUFRICHTIGE, WAHRHAFTE UMKEHR GRÜNDEN MUSS.



daß unser Verhalten dazu beigetragen hat, daß der Erretter, der ja niemals Sünde begangen hatte, qualvoll leiden mußte. Unsere Sünden haben dazu geführt, daß er aus jeder Pore blutete. Diese ganz reale geistig-seelische Pein wird in der heiligen Schrift mit dem Ausdruck „ein reuiges Herz und einen zerknirschten Geist haben“ wiedergegeben. Eine solche Einstellung ist die unumgängliche Voraussetzung für wirkliche Umkehr.

Das nächste Prinzip, auf das ich eingehen möchte, besagt: Niemand wartet sehnsüchtiger darauf, daß wir uns ändern, als der Vater und der Erretter. In der Offenbarung des Johannes finden wir die folgenden eindrucksvollen Worte des Erretters: „Ich stehe vor der Tür und klopfe an. Wer meine Stimme hört und die Tür öffnet, bei dem werde ich eintreten.“ (Offenbarung 3:20.) Beachten Sie bitte, daß er nicht sagt: „Ich stehe vor der Tür und warte darauf, daß du anklopfst.“ Er ruft, er klopft an, er bittet darum, daß wir unser Herz auftun und ihn einlassen.

In Moronis großer Rede über den Glauben wird dieses Prinzip noch deutlicher. Der Herr hatte zu Moroni gesagt: „Und wenn Menschen zu mir kommen, so zeige ich ihnen ihre Schwäche.

Ich gebe den Menschen Schwäche, damit sie demütig seien; und meine Gnade ist ausreichend für alle Menschen.“ Dabei kommt es überhaupt nicht darauf an, worin unsere Schwäche beziehungsweise unsere Unzulänglichkeit besteht. Gottes Gaben und Kräfte reichen aus, um sie alle zu überwinden.

Moroni fährt mit den folgenden Worten des Herrn fort: „Meine Gnade ist ausreichend für alle Menschen, die sich vor mir demütigen; denn wenn sie sich vor mir demütigen und Glauben an mich haben, *dann werde ich Schwaches für sie stark werden lassen.*“ (Ether 12:27.)

Was für eine Verheißung! Die Ursache für unsere Schwierigkeiten läßt sich verändern und in eine Stärke und eine Kraftquelle verwandeln! Diese Verheißung kommt in der einen oder anderen Form in vielen Schriftstellen zum Ausdruck. Jesaja beispielsweise hat gesagt: „Er gibt dem Müden Kraft, dem Kraftlosen verleiht er große Stärke.“ (Jesaja 40:29.) Zu Paulus hat der Herr gesagt: „Meine Gnade genügt dir; denn sie erweist ihre Kraft in der Schwachheit.“ (2 Korinther 12:9.) Und im Buch ‚Lehre und Bündnisse‘ lesen wir: „Wer unter meiner Macht erzittert, der wird stark gemacht werden, und er wird Früchte des Lobes und der Weisheit hervorbringen.“ (LuB 52:17; siehe auch 1 Nephi 17:3; 2 Nephi 3:13; LuB 1:28; 133:58,59.)

Brüder und Schwestern, wir müssen unsere Sünden in demütiger, trauriger Umkehr vor den Herrn bringen. Wir müssen ihn um die Kraft bitten, sie zu überwinden. Die Verheißun-



gen erfüllen sich ganz sicher. Der Herr hilft uns, und wir finden die Kraft, uns zu ändern.

Das sechste und letzte Prinzip, über das ich im Zusammenhang mit der Umkehr sprechen möchte, besagt, daß wir bei unserem Streben, Gott immer ähnlicher zu werden, darauf achten müssen, daß wir den Mut und die Hoffnung nicht verlieren. Es nimmt das ganze Leben in Anspruch, so wie Christus zu werden, und meistens wachsen und verändern wir uns nur langsam, fast unmerklich. In der heiligen Schrift lesen wir von Menschen, mit denen sich – anscheinend in einem einzigen Augenblick – eine dramatische Änderung vollzogen hat. Alma der Jüngere, Paulus auf dem Weg nach Damaskus, Enos, der bis tief in die Nacht betet, König Lamoni. Solche eindrucksvollen Beispiele, die zeigen, wie sich tief in Sünde verstrickte Menschen geändert haben, lassen uns darauf vertrauen, daß das Sühnopfer auch diejenigen erreicht, die sich in tiefster Verzweiflung befinden.

Wir müssen bei der Besprechung solcher eindrucksvollen Beispiele allerdings vorsichtig sein. Sie haben sich zwar zugetragen und sind auch sehr beeindruckend, aber sie sind die Ausnahme und nicht die Regel. Auf jeden Paulus, auf jeden Enos und auf jeden König Lamoni kommen Hunderte und Tausende, für die sich die Umkehr weit weniger dramatisch, sondern viel unmerklicher gestaltet. Tag um Tag nahen sie sich dem Herrn, ohne sogar richtig zu merken, daß sie Gott immer ähnlicher werden. Sie führen ein ruhiges Leben voller Güte, Dienst am Nächsten und Selbstverpflichtung. Sie sind wie die Lamaniten, über die der Herr gesagt hat, sie seien „mit Feuer und mit dem Heiligen Geist getauft" worden *„und wußten es nicht"* (3 Nephi 9:20).

Wir dürfen die Hoffnung nicht verlieren, denn die Hoffnung ist der Anker für den Menschen. Der Satan möchte gerne, daß uns dieser Anker verlorengeht, weil er uns dann entmutigen und zur Aufgabe bewegen kann. Aber wir dürfen die Hoffnung nicht verlieren. Der Herr freut sich über jedes Bemühen, über die allerkleinste alltägliche Anstrengung, durch die wir ihm ähnlicher werden wollen. Auch wenn uns bewußt ist, daß wir auf dem Weg zur Vollkommenheit noch weit zu gehen haben, dürfen wir die Hoffnung nicht verlieren.

Meine lieben Schwestern und Brüder, wenn wir uns daher bemühen, uns würdig zu machen, ein Mitglied der Kirche Christi zu sein, und zwar in dem Sinne, wie der Herr diesen Ausdruck gebraucht, nämlich indem wir umkehren und zu ihm kommen, dann dürfen wir die sechs Prinzipien, über die ich gesprochen habe, nicht vergessen. Erstens: Das Evangelium ist der Plan, den der Herr für unser Glücklichsein und unsere Umkehr aufgestellt hat und der uns Freude ermöglichen soll. Zweitens: Wirkliche Umkehr gründet sich auf den Glauben an den Herrn Jesus Christus und entspringt aus ihm. Es gibt keine andere Möglichkeit. Drittens: Zur wahrhaften Umkehr gehört die Wandlung im Herzen; Verhaltensänderung ist nicht genug. Viertens: Zu dieser mächtigen Wandlung im Herzen gehört, daß man für seine Sünden gottgewollte Traurigkeit empfindet – daß man ein reuiges Herz und einen zerknirschten Geist hat. Fünftens: Gottes Gaben reichen aus, uns bei der Überwindung jeder Sünde und jeder Schwäche zu helfen, vorausgesetzt allerdings, wir bitten den Herrn um Hilfe. Sechstens müssen wir daran denken, daß Umkehr in den meisten Fällen nicht mit einer dramatischen Änderung verbunden ist, sondern vielmehr bedeutet, daß man sich beständig Schritt für Schritt so verändert, daß man Gott ähnlicher wird.

Wenn wir uns bemühen, die besprochenen Prinzipien anzuwenden, und zwar jeden Tag, dann machen wir uns würdig, uns Mitglieder der Kirche Jesu Christi zu nennen. Und für alle wahren Mitglieder gilt die folgende Verheißung des Herrn: „Wer von meiner Kirche ist und in meiner Kirche bis ans Ende ausharrt, den will ich auf meinen Felsen gründen, und die Pforten der Hölle werden nicht obsiegen gegen ihn." (LuB 10:69.)

Ich bete darum, daß diese Verheißung für uns Wirklichkeit werden möge. □

FÜR DIE HEIMLEHRER

Einige wesentliche Punkte, die Sie bei Ihrem Heimlehrgespräch hervorheben könnten:

1. Mitglied der Kirche zu sein bedeutet mehr, als in den offiziellen Berichten der Kirche geführt zu werden. Der Herr bezeichnet diejenigen, die umkehren und zu ihm kommen, als „meine Kirche".

2. Die Grundsätze des Evangeliums bilden die Richtschnur, an die wir uns halten müssen, um zu Christus zu kommen und wahres Glück zu finden.

3. Der Glaube an den Herrn ist die Grundlage, auf die sich wahre Umkehr gründet.

4. Zur Umkehr gehört nicht nur eine Verhaltensänderung, sondern auch eine Wandlung im Herzen.

ILLUSTRATION VON DOUG FRYER

IN DER FAMILIE AN DEN HERRN DENKEN

Ziel: „Errichtet ein Haus, nämlich ein Haus des Betens, ein Haus des Fastens, ein Haus des Glaubens, ein Haus des Lernens, ein Haus der Herrlichkeit, ein Haus der Ordnung, ein Haus Gottes." (LuB 88:119.)

Eine junge Mutter mit zwei kleinen Söhnen arbeitete halbtags zu Hause und hatte eine Berufung in der Kirche, für die sie sehr viel Zeit brauchte. „Es sah so aus, als hätte ich überhaupt keine Zeit mehr für meine Kinder", erinnert sie sich. Sie war oft so sehr mit ihrer Arbeit beschäftigt, daß ihre Söhne zu ungewöhnlichen Methoden Zuflucht nehmen mußten, um ihre Aufmerksamkeit auf sich zu lenken. Sie war auch oft ungeduldig mit ihnen.

Deshalb beschloß sie, sich am Morgen eine „Aktivitätenzeit" für ihre Söhne freizuhalten. Während dieser Zeit beteten, sangen und spielten sie, und dadurch lernte sie ihre Söhne noch mehr schätzen und fing an, die Zeit mit ihnen wirklich zu genießen. Sie war ganz erstaunt, was ein wenig Liebe und Aufmerksamkeit bewirkten.

Diese Mutter hat eins der „Geheimnisse" entdeckt, wie sie ihr Zuhause zu einem Zufluchtsort vor der Welt und ihren Sorgen machen kann. Die ersten Heiligen in unserer Zeit wurden aufgefordert, aus dem Tempel, den sie bauten, „ein Haus des Betens, ... ein Haus des Lernens, ... ein Haus Gottes" zu machen. (Siehe LuB 88:119.) Gleichermaßen sollen wir aus unserem Zuhause einen Himmel voller Liebe machen, wo wir und unsere Kinder wachsen und lernen können, Selbstbeherrschung zu üben, einander zu dienen, zu verstehen



ILLUSTRATION VON BETH WHITTAKER

und zu vergeben. Präsident Ezra Taft Benson hat gesagt: „Zuhause, das ist Liebe, Verständnis, Vertrauen, Willkommen und Dazugehören." (Generalkonferenz, Oktober 1981.)

Natürlich besteht nicht jede Familie aus Eltern und Kindern. Einige alleinstehende Schwestern leben allein, mit einer Zimmergenossin oder bei ihren Eltern oder bei Verwandten. Einige verheiratete Schwestern haben keine Kinder, und wieder andere Schwestern haben bereits erwachsene Kinder. Aber unabhängig davon, wer bei uns zu Hause wohnt oder ob wir allein leben: Wir müssen unser Zuhause zu einem Zufluchtsort vor der Welt machen, wo wir den Geist des Herrn spüren und üben können, wie man nach den Evangeliumsgrundsätzen lebt.

Wie können wir aus unserem Zuhause „ein Haus Gottes" machen, wo wir an Christus denken und unser Leben nach seinem Beispiel ausrichten? Dazu können wir mehreres tun:

– Das persönliche Gebet und das Gebet mit der Familie sowie das Schriftstudium lassen den Geist der Liebe in das Zuhause einziehen.

– Ein Bild von Christus erinnert alle in der Familie an sein Beispiel und kann uns dazu anspornen, ihm ähnlicher zu werden.

– Angemessene Musik läßt den Geist in unser Zuhause einziehen und kann uns in Zeiten, wo wir Prüfungen oder Schwierigkeiten ausgesetzt sind, Ruhe und Inspiration schenken.

– Wenn zu Hause ein Weihungsgebet gesprochen wird, kann der Geist dort wohnen und in allen ein Gefühl der Ehrfurcht hervorrufen.

Außerdem können wir eine positive Atmosphäre schaffen, in der sich die Kinder akzeptiert und geliebt fühlen und das Evangelium lernen. □

Anregungen für die Besuchslehrerinnen

1. Besprechen Sie, wie wir zu Hause an den Herrn denken können.

2. Erzählen Sie, wie Sie bei sich zu Hause eine positive Atmosphäre geschaffen haben, oder lassen Sie die Schwester, die Sie besuchen, von einem solchen Erlebnis erzählen.

(Siehe dazu auch *„Der Familienabend – Anregungen und Hilfsmittel"*, 21. und 22. Lektion; Unterrichtsideen: „Arbeit", „Genealogie" und „Vergebung"; Abschnitt „Die Familie stark machen" und Abschnitt „Familienaktivitäten".)

ICH KANN NICHT AUFGEBEN!

NANCY PALACIOS

Mein Mann, Alvaro, nahm zum ersten Mal an einem Marathonlauf teil, als er noch in Kolumbien zur Schule ging. Und zu seiner größten Überraschung gewann er sogar!

Daher entschloß er sich, das Laufen ernsthafter zu betreiben. Dazu brauchte er aber ein Paar Laufschuhe, und die waren teuer. Seine Eltern hatten sehr zu kämpfen, um für ihre achtköpfige Familie zu sorgen, deshalb mochte er sie nicht bitten, ihm ein Paar Laufschuhe zu kaufen. Als seine Eltern aber merkten, wie fest entschlossen er war, kauften sie ihm die Schuhe.

Alvaro wurde in die Leichtathletikmannschaft seiner Schule aufgenommen und trainierte jeden Tag. Als der erste Wettbewerb nahte, waren seine Schuhe schon sehr abgenutzt. Er wollte seine Eltern aber nicht um ein Paar neue Schuhe bitten, deshalb nahm er Nadel und Faden und nähte die aufgeplatzten Stellen wieder zusammen.

Dann trainierte er in den zusammengeflickten Schuhen weiter, aber zu seiner großen Enttäuschung wurde der Faden schnell brüchig, und zwei Tage vor dem Lauf platzten die Schuhe wieder auf. Alvaro wußte, daß er sie nicht wieder mit einem Faden reparieren konnte, sondern etwas Festeres brauchte, und deshalb nahm er nach vielem Nachdenken ein Stück Draht und nähte damit die aufgeplatzten Stellen zusammen.

Als der Wettlauf begann, kam Alvaro gleich gut vom Start weg und hielt sich ohne Schwierigkeiten bei den vordersten Läufern. Kurz vor dem Ziel spurtete er los, um sich von den anderen Läufern zu lösen und an die Spitze zu kommen. Genau in diesem Augenblick löste sich der Draht von seiner Schuhsohle und drang ihm in den Fuß. Trotz des Schmerzes, den er empfand, als der Draht sich durch die Haut bohrte, dachte er bei sich: „Ich kann nicht aufgeben." Er gab auch nicht auf. Fest entschlossen rannte er weiter und überquerte als erster die Ziellinie – den Fuß vom Draht zerschnitten und an mehreren Stellen blutend.

Seitdem sind viele Jahre vergangen, und die Entschlossenheit meines Mannes gibt mir Kraft. Er steht früh auf, trainiert auch, wenn es schneit, und kommt nach einem langen Lauf erschöpft nach Hause. Manchmal, wenn mich meine Probleme zu überwältigen drohen, denke ich daran, wie er mit einem zerschnittenen und blutenden Fuß die Ziellinie überquert hat.

Wenn Alvaro heute an einem Marathonlauf teilnimmt, warte ich gespannt und vor Aufregung zitternd an der Ziellinie. Ich hoffe, daß ich mir selbst eine solche Entschlossenheit aneignen und eines Tages einen weit wichtigeren Lauf gewinnen kann, nämlich den „Marathonlauf" des Lebens. □



FOTO VON CRAIG MOYER

MAN IST NIE ZU JUNG

KATHY KLEEKAMP

Ein fünfzehnjähriger Junge, der in den Vereinigten Staaten wohnt und sich zur Kirche bekehrt hat, beweist, daß Jugend kein Hinderungsgrund für Missionsarbeit ist.



In der Rock Street 50 in Lowell in Massachussets könnte jede der vielen tausend Familien aus Südostasien wohnen, die sich hier, in dieser Stadt mit ihren 100000 Einwohnern, angesiedelt haben. Aber in der Rock Street 50 wohnt Chea Touch, ein fünfzehnjähriger Kambodschaner, der sich vor drei Jahren hat taufen lassen. Er gehört zum Zweig Lowell und ist ein bemerkenswerter Junge. Ihm ist es nämlich zuzuschreiben, daß sich viele seiner asiatischen Freunde haben taufen lassen.

Chea erzählt: „Es ist für mich und meine Familie nicht leicht gewesen, in ein neues Land zu kommen. Es gibt vieles, was wir nicht verstehen, und was uns sehr schwerfällt. Die Missionare haben uns gezeigt, daß wir ihnen wichtig sind und daß sie uns glücklich sehen möchten.“ Und er fügt an: „Ich habe schon immer gewußt, daß es einen Vater im Himmel gibt, der mich liebt. Es war so schön, mehr über ihn zu erfahren und zu erkennen, was ich tun muß, um zu ihm zurückzukehren. Ich möchte, daß meine Freunde die Wahrheit erfahren, damit sie auch so glücklich sein können wie ich.“

Cheas Geschichte begann 1987, als zwei Missionare – Paul Gooch und Garrett Black – in die Mission Boston in Massachusetts kamen. Seit Jahren waren keine Missionare mehr in Lowell gewesen, und deshalb hielten sie es für richtig, den Herrn um seine ganz besondere Hilfe bei der Missionsarbeit dort zu bitten. Damals gab es in Lowell nur zwei kambodschanische Familien, die der Kirche angehörten.

In Paul Goochs Tagebuch kann man unter dem Stichwort „11. April 1987“ folgendes nachlesen: „Heute war ein schöner, klarer Frühlingstag. Elder Black, mein Mitarbeiter, und ich sind auf den Berg gestiegen, von dem aus man die Stadt



FOTO VON TIM BARRETT

überblicken kann, und haben den Herrn gebeten, Lowell als Zufluchtsort für die Asiaten zu segnen und zu einem Ort zu machen, wo sie sich in Frieden und Sicherheit ausruhen können und wo der Geist mitten unter ihnen wohnen kann." Beide Missionare fühlten sich inspiriert. Im Tagebuch heißt es weiter: „Wir haben den Herrn gebeten, Lowell als Stätte zu segnen, wo die Asiaten Jesus als ihren Erlöser erkennen können."

Das erste Mal trafen die Missionare rein zufällig mit Chea zusammen. Sie suchten eine andere Familie und kamen dabei an seine Tür. Chea war in seiner Familie der einzige, der Englisch sprach, und im Verlauf ihres Gesprächs sagte er, daß er Jesus liebe und seine Kirche finden wolle. Außerdem ließ er die Missionare versprechen, daß sie ihn am nächsten Sonntag mit zur Kirche nehmen würden. Elder Gooch erinnert sich: „Chea hat mich sehr beeindruckt. Er war schon sehr reif und wirkte mehr wie ein 25jähriger als wie ein 12jähriger Junge." Cheas Eltern erzählten den Missionaren, daß ihr Sohn aus eigenem Antrieb schon mehrere christliche Kirchen besucht habe, aber meine, von diesen Kirchen sei keine wahr.

Cheas innere Reife ist ohne Zweifel dem zuzuschreiben, was er bisher erlebt hat. Wie viele Kambodschaner, die in den Vereinigten Staaten Zuflucht gefunden haben, haben er und seine Familie Schlimmes überlebt. Als seine Eltern 1979 mit ihm und seiner Schwester aus Kambodscha flohen, war Chea vier Jahre alt, seine Schwester Soph war zehn. Zuerst kamen sie in ein Flüchtlingslager in Thailand.



CHEA BESUCHTE MIT DEN MISSIONAREN SAVETH VONG UND IHRE DREI KINDER, DIE NUR KNAPP DER HINRICHTUNG IN KAMBODSCHA ENTGANGEN WAREN. SIE WAREN EIFRIG BEREIT, DAS EVANGELIUM ZU LERNEN.



„JEDESMAL, WENN ICH MIT DEN MISSIONAREN UNTERWEGS BIN, LERNE ICH ETWAS NEUES“, ERZÄHLT CHEA. „ICH LERNE GERNE, WIE ICH ZUM HIMMLISCHEN VATER ZURÜCKKEHREN KANN.“ ES MACHT IHM FREUDE, ANDEREN ZU HELFEN, UND ER EMPFINDET DAS NICHT ALS OPFER.





Dort blieben sie bis 1984, als Hilfsorganisationen es ihnen ermöglichten, nach Amerika zu gehen. Seit damals wohnen sie in Lowell. Chea hat jetzt noch zwei jüngere Geschwister: Lundi ist acht Jahre alt und Dani sechs.

Nachdem Chea die Lektionen gehört und die Abendmahlsversammlung besucht hatte, wußte er, daß er gefunden hatte, wonach er gesucht hatte. „Die Mitglieder sind so nett. Ich habe das Gefühl, daß ich dazugehöre. Und je mehr ich die Schriften lerne und im Buch Mormon lese, desto mehr spüre ich, wie sehr der himmlische Vater mich liebt.“ Chea singt gerne, deshalb fügt er an: „Auch die Lieder machen mich sehr glücklich.“ Seine Eltern haben sich zwar die Missionarslektionen angehört, aber sie haben sich bisher noch nicht der Kirche angeschlossen. (Cheas Vater hat als buddhistischer Mönch bestimmte Gelübde abgelegt, die er seiner Meinung nach verletzen würde, wenn er sich einer anderen Religion anschlösse.)

Nach der Taufe sind Chea und die Missionare sehr gute Freunde geworden. Elder Gooch erinnert sich: „Fast jeden Tag kam Chea in unsere Wohnung und erzählte uns von Freunden und Verwandten, die wir besuchen sollten. Manchmal kamen wir mit den Besuchen gar nicht nach!“

Lächelnd erinnert sich Chea an den ersten, von dem er den Missionaren erzählt hat: „Sothom Chea ging in meine Klasse. Zuerst hatte ich Angst vor ihm und dachte, er könne mich nicht leiden. Ich fragte ihn, ob er gerne Elder Black und Elder Gooch, meine Freunde, kennenlernen würde. Als Sothom zustimmte, war ich überrascht und sehr, sehr glücklich.“ Chea begleitete die Missionare bei allen Lektionen, die Sothom erhielt. „Es hat mir Freude gemacht, die Lektionen zu übersetzen. Ich habe viel gelernt. Ich konnte den Heiligen Geist spüren. Außerdem hat es Spaß gemacht.“

Alte und junge Menschen haben aus Cheas Wunsch, seine neugewonnene Erkenntnis weiterzugeben, Nutzen gezogen. Sophon Heng, seine Nachbarin und Mutter von vier Kindern, sowie deren Mutter Hong Heng haben sich aufgrund von Cheas Bemühungen taufen lassen. Sophon erinnert sich: „Chea war so nett zu uns. Er hat uns gefragt, ob wir gerne zwei Männer kennenlernen würden, die uns belehren und uns zeigen würden, wie man glücklich wird. Als wir bejahten, kamen er und die Missionare jede Woche zu uns und unterwiesen uns im Evangelium.“

Für Chea ist es kein Opfer, die Botschaft des himmlischen Vaters zu verkünden, sondern es macht ihm große Freude. „Jedesmal, wenn ich mit den Missionaren missionieren gehe,

NACHDEM CHEA DIE LEKTIONEN GEHÖRT UND DIE ABENDMAHLSVERSAMMLUNG BESUCHT HATTE, WUSSTE ER, DASS ER GEFUNDEN HATTE, WONACH ER GESUCHT HATTE. „DIE MITGLIEDER SIND SO NETT. ICH HABE DAS GEFÜHL, DASS ICH DAZUGEHÖRE. UND JE MEHR ICH DIE SCHRIFTEN LERNE UND IM BUCH MORMON LESE, DESTO MEHR SPÜRE ICH, WIE SEHR DER HIMMLISCHE VATER MICH LIEBT."



lerne ich etwas Neues. Ich lerne gerne mehr darüber, wie ich zum himmlischen Vater zurückkehren kann – was ich tun muß und was ich nicht tun darf."

Irene Danjou, Cheas ehemalige PV-Leiterin, erzählt: „Jeden Sonntag brachte er einen anderen Freund mit zur Kirche. Er stellte ihn mir vor, buchstabierte mir seinen Namen, sagte mir, wie alt er war, und setzte sich neben ihn, bis sein Freund sich nicht mehr unbehaglich fühlte. Dann ging er in seine Klasse. Das hat er jede Woche getan – ein ganzes Jahr lang."

In Elder Goochs Tagebuch finden wir einen Hinweis darauf, wie eifrig und begeistert Chea bei der Sache ist: „Ich war zum Mittagessen zu Hause und versuchte, eine Ansprache für die Zonenkonferenz vorzubereiten. Aber aus irgendeinem Grund schweiften meine Gedanken ständig ab. Da klingelte das Telefon. Chea rief an und fragte, ob Elder Black und ich Familie Vong besuchen könnten – eine kambodschanische Familie, die seit einem Jahr in Lowell wohnte. Sie fasteten und beteten, um eine Kirche zu finden, die sie besuchen konnten."

Saveth Vong und ihre drei Kinder Chetena, Chendra und Tola waren nur knapp der Hinrichtung entgangen. Der Vater war Pilot in der kambodschanischen Armee gewesen und in Gefangenschaft geraten. Saveth und ihre Kinder konnten drei Tage vor der geplanten Hinrichtung aus dem Gefängnis entkommen.

Chea lächelt, wenn er sich an den ersten Besuch der Missionare bei Familie Vong erinnert: „Jeder war ganz lerneifrig, und alle hatten viele Fragen. Der Geist war sehr stark." Familie Vong bekam zwar ein Buch Mormon in kambodschanischer Sprache, aber sie brauchten doch Hilfe bei den Evangeliumsgrundsätzen. Chea spielte dabei eine wichtige Rolle – er half den Missionaren, die Lektionen zu übersetzen, und erzählte von eigenen Erlebnissen im Zusammenhang mit der Kirche. In Elder Goochs Tagebuch steht: „Tag für Tag sprach Chea ruhig mit Saveth und erklärte ihr das, was wir lehrten. Das Evangelium wurde ihm niemals langweilig."

Sein Zeugnis wurde vielmehr fester, während er über das Evangelium sprach. Er erinnert sich: „Ich weiß noch, wie ich 3 Nephi 27:7 gelesen habe: ‚Darum: Was auch immer ihr tut, das sollt ihr in meinem Namen tun; darum sollt ihr die Kirche nach meinem Namen nennen; und ihr sollt den Vater in meinem Namen anrufen, daß er die Kirche segne um meinetwillen.' Ich fragte mich, wieso ich diese Schriftstelle noch nie vorher gelesen hatte. Sie ist so schlüssig. Die wahre Kirche des himmlischen Vaters muß nach seinem Sohn genannt sein!"

Diese Schriftstelle bestätigte Chea, was er im Innern schon als wahr erkannt hatte, nämlich daß der himmlische Vater ihn segnete, wenn er im Namen Jesu zu ihm betete und ihn um Hilfe bei der Evangeliumsverkündung bat.

Als sich die Vongs zur Taufe entschlossen, freute Chea sich sehr. Elder Gooch erzählt über diesen Abend: „Als wir nach Hause fuhren, bat Chea mich und Elder Black, mit ihm zu einem kleinen Wald im nahegelegenen Park zu gehen, so daß wir dem himmlischen Vater danken konnten. Wir beteten abwechselnd und gaben unserem Dank und unserer Freude Ausdruck. Danach stieg Chea auf meine Schultern, sah liebevoll auf mich herab, setzte ein breites Lächeln auf und sagte: ‚Der Heilige Geist ist mit uns, nicht wahr, Gooch?'

‚Ja, Chea, das ist er ganz bestimmt.'

‚Ich weiß es – ich habe es gespürt.' "

Eine Woche später wurden die Vongs getauft.

Fischen, Basketball spielen und Videospiele machen Chea Spaß. Wie andere junge Kambodschaner in Amerika hilft er seinen Eltern, ihre neue Sprache und ihre neue Kultur zu lernen. Die Erwachsenen müssen viel arbeiten, um für den Lebensunterhalt ihrer Familie zu sorgen, und haben deshalb nicht viel Zeit, Englisch zu lernen. Die jungen Leute hingegen eignen sich die Sprache schnell an und bringen sie mit nach Hause. Chea vor allem hat besonders viel Glück gehabt. Neben der normalen Schule nimmt er noch an einem Spezialprogramm an einer privaten Sprachenschule teil. Für Joan O'Brien, die Leiterin dieser Schule, ist Chea ein einzigartiger Junge. „Ich glaube, er wird einmal ein wirklicher Führer der Kambodschaner werden. Er ist wie ein Wasserkrug, der einfach nicht voll wird." □

DAS EVANGELIUM EINFACH HALTEN

ELDER GLEN L. RUDD
VOM ZWEITEN KOLLEGIUM DER SIEBZIG

Fast jeder Grundsatz und jede Lehre der Kirche können mit einfachen Worten wiedergegeben werden, wenn wir uns darum bemühen. Es ist ohne Frage möglich, auf einfache Weise ein rechtschaffenes, ordentliches Leben zu führen.

Vor vielen Jahren war ich in Neuseeland auf Mission. Als ich ankam, lernte ich gleich Präsident Matthew Cowley kennen, und wir wurden während der nächsten zwei Jahre gute Freunde. Während des letzten Abschnitts meiner Mission wohnte ich im Missionsheim und reiste mit Präsident Cowley durch Neuseeland.

Präsident Cowley war ein ausgezeichneter Lehrer und ein höchst interessanter Mensch. Jeder hörte gerne zu, wenn er seine Geschichten erzählte. Er ist zwar schon seit über 36 Jahren tot, aber das Interesse an seinen glaubensstärkenden Geschichten lebt noch in vielen Mitgliedern weiter.

Präsident Cowley bemühte sich, das, was er lehrte, einfach darzustellen. Er hat oft gesagt, er könne nicht über Themen sprechen, die über die ersten Evangeliumsgrundsätze hinausgingen. Sein Leben lang hat er sich zu erklären bemüht, daß es an der Kirche nichts Kompliziertes gibt. „Das Evangelium Jesu Christi ist einfach schön und schön einfach", pflegte er zu sagen. Die meisten Führer der Kirche, die ich kenne, sagen das auch. Ich bin fest davon überzeugt, daß wir einen immer tieferen Einblick erhalten, wenn wir direkt und einfach sprechen und lehren.

Präsident Cowley war ein sehr unkomplizierter Mensch. Wer das nicht wußte, begriff auch sein Verhalten nicht und konnte ihn nur schwer verstehen. Ich durfte fünfzehn Jahre lang eng mit ihm zusammenarbeiten. Nach seinem Tod wurde ich immer wieder auf ihn angesprochen. Ein Mann sagte beispielsweise: „Ich kann einfach nicht verstehen, wie Bruder Cowley so viel tun konnte." Der Schlüssel dazu lag darin, daß er sich direkt an den Herrn wandte, dem Herrn sagte, was er wollte, und eine Antwort empfing. Daran war nichts Schweres; Bruder Cowley tat es einfach.

Als ich auf Mission Präsident Cowleys Begleiter war, wies er

WENN WIR UNS ZUM BETEN ZUSAMMENFINDEN, DANN IST DAS WOHL DIE BESTE LEHRE, DIE EINE MUTTER UND EIN VATER IHREN KINDERN VERMITTELN KÖNNEN.

FOTO VON JED CLARK

mich an, in meiner Aktentasche immer Kleidung zum Wechseln zu haben. Er sagte: „Wenn ich sage: ‚Wir fahren los', dann nehmen Sie Ihre Aktentasche, lassen das Auto an und stellen keine Fragen."

Wenn es soweit war, nahm ich meine Aktentasche und ging zum Auto. Ich war jung und ein eifriger Missionar, und ich wollte oft gerne wissen, wohin wir fuhren, aber ich habe nie gefragt.

Einmal – wir hatten bereits einige Kilometer zurückgelegt – fragte Präsident Cowley: „Möchten Sie gerne wissen, wohin wir fahren?"

Ich bejahte.

Da sagte er: „Das würde ich auch gerne wissen. Ich weiß selbst nicht genau, wo wir hinfahren, aber wir fahren einfach weiter, und wenn der Herr uns sagt, daß wir abbiegen sollen, dann biegen wir ab. So werden wir schließlich dahin kommen, wo der Herr uns haben möchte."

Wenn die Maori in der Mission Neuseeland Hilfe brauchten, beteten sie darum, daß Präsident Cowley zu ihnen kommen möge. Eines Tages fuhr er in einer relativ abgelegenen Stadt in Neuseeland zur Post. Dort standen zwei Schwestern und warteten auf ihn. Als Präsident Cowley aus dem Auto stieg, sagte die eine zur anderen: „Siehst du, ich habe dir ja gesagt, daß er bald kommen würde."

Präsident Cowley fragte: „Was ist denn los?"

Die eine Schwester antwortete: „Wir brauchen Sie, und deshalb haben wir gebetet. Wir haben gewußt, daß Sie kommen würden, und weil Sie immer erst direkt zur Post fahren, haben wir beschlossen, hier auf Sie zu warten."

So einfach war das. Die Menschen sagten dem Herrn, was sie brauchten, und auf die eine oder andere Weise führte der Geist Präsident Cowley dorthin, wo sie sich befanden. Er war nicht unordentlich, aber ich kenne niemanden, der weniger geplant und mehr erreicht hat, indem er einfach das tat, wozu er sich gedrängt fühlte.

Eines Tages, als Präsident Cowley und ich unterwegs waren, kamen wir zu Bruder Stewart Meha, einem Maori. Er präsidierte als wahrer Vater und Führer über seine große Familie. Präsident Cowley und Bruder Meha saßen den ganzen Nachmittag auf der Veranda und unterhielten sich über die Kirche und andere interessante Themen.

Als es Zeit zum Abendessen war, stand Bruder Meha auf und rief von der Veranda aus mit lauter Stimme in der Maorisprache seine Familie zusammen: *„Haere Mai Ki Te Kai!"* Dann sagte er: *„Haere Mai Ki Te Karakia."* Das hieß: „Kommt zum Abendessen nach Hause. Kommt zum Beten nach Hause."

Schon bald strömte seine Familie aus allen Richtungen zusammen. Wir versammelten uns alle im großen Wohnzimmer, das sehr spärlich möbliert war. Dort bildeteten wir einen großen Kreis, an dessen Stirnseite Bruder Meha stand. Präsident Cowley stand links neben ihm, und ich stand neben Präsident Cowley. An Bruder Mehas rechter Seite stand ein etwa achtjähriges Kind. Die übrigen Kinder bildeten des Rest des Kreises, und ab und zu stand ein Erwachsener dazwischen.

Bruder Meha sagte zu dem Jungen zu seiner Rechten: „Du fängst an." Ich neigte den Kopf, weil ich meinte, der kleine Junge würde beten. Aber er betete nicht, sondern sagte eine Schriftstelle auf, nachdem er zuerst das Kapitel und den Vers genannt hatte. Dann sagte das Kind neben ihm eine Schriftstelle auf. Nachdem ungefähr vier Schriftstellen aufgesagt worden waren, wurde mir klar, daß jeder im Kreis an die Reihe kam und eine andere Schriftstelle aufsagte. Ein Kind begann mit einer Schriftstelle, die bereits aufgesagt worden war, wurde aber schnell korrigiert.

Schließlich war ich an der Reihe und dann Bruder Cowley. Danach sprach Bruder Meha ein Gebet.

Ich fand das ein ausgezeichnetes Beispiel für ein Familiengebet und dafür, wie man Kindern die heilige Schrift nahebringt. Wenn wir uns zum Beten zusammenfinden, dann ist das wohl die beste Lehre, die eine Mutter und ein Vater ihren Kindern

UM UMZUKEHREN MÜSSEN WIR NICHTS WEITER TUN, ALS MIT ETWAS FALSCHEM AUFZUHÖREN UND SO VIEL WIEDERGUTMACHUNG ZU LEISTEN, DASS WIR DIE PROBLEME AUSRÄUMEN, DIE WIR GESCHAFFEN HABEN.



FOTO VON PHIL SHURTLEFF

vermitteln können. Das Gebet ist etwas Einfaches und soll es auch bleiben. Ein Gebet braucht weder lang noch kompliziert zu sein; es muß nur einfach und aufrichtig sein. Wenn wir mit dem Herrn sprechen möchten, dann tun wir das beim Beten. Und wenn wir gläubig zuhören, vernehmen wir seine Antwort. Wir können auch in der Schrift forschen, denn dort finden wir auf ganz einfache Weise die Antworten, die wir brauchen.

Jetzt möchte ich etwas über den *Glauben* sagen. Der Glaube ist der erste Grundsatz des Evangeliums. Er ist eine Gabe vom Vater. Niemand scheint genug Glauben zu besitzen; es sieht vielmehr so aus, als ob der Glaube kommt und geht. Wir brauchen alle ein bißchen mehr Glauben. Glaube – das ist: Wir wissen einfach, daß der Herr da ist und seine Verheißungen denjenigen gegenüber erfüllt, die sich ihm demütig nahen.

Ein Beispiel: Als ich vor über zwanzig Jahren über die Mission Florida präsidierte, bekam ich einen Brief von Schwester Flavia Salazar Gòmez aus Santiago in der Dominikanischen Republik. Sie stammte eigentlich aus Mexiko, wo sie sich mit zwölf Jahren der Kirche angeschlossen hatte. Sie hatte geheiratet und war mit ihrem Mann in dessen Heimatland gezogen. Sie glaubte, die einzige Heilige der Letzten Tage in der Dominikanischen Republik zu sein, die etwa fünf Millionen Einwohner hatte. Sie schrieb, daß sie einen Sohn habe, der vom Priestertum weder einen Namen erhalten habe noch gesegnet worden sei. Außerdem fügte sie an, daß sie Krebs habe und die Ärzte ihr nicht mehr viel Zeit gäben. Und dann zeigte sie einfachen Glauben, indem sie anfragte, ob nicht ein Priestertumsträger nach Santiago kommen und ihr und ihrem Baby einen Segen geben könne.

Schon bald nach Erhalt dieses Briefes hatte ich die Möglichkeit, in jenes Gebiet zu reisen. Ich traf mich mit einer uns bekannten Mitgliederfamilie in Santo Domingo, der Hauptstadt der Dominikanischen Republik, nämlich mit Dale Valentine sowie seiner Frau und seinen Kindern. Bruder Valentine und ich fuhren nach Santiago, und dort erst merkten wir, daß wir den Zettel mit Flavias Adresse nicht bei uns hatten. Ich sagte Bruder Valentine, er solle in die Stadt fahren und links abbiegen. Dann forderte ich ihn auf, rechts abzubiegen und weiter in Richtung Stadtmitte zu fahren. Nachdem wir mehrere Straßen passiert hatten, sagte ich: „Biegen Sie an der nächsten Ecke rechts ab; wenn Sie abgebogen sind, werden Sie eine Parklücke finden." Bruder Valentine tat, wie ich ihm gesagt hatte, und wir fanden wirklich eine Parklücke, was bei dem dichten Verkehr sehr ungewöhnlich war. „Und was machen wir jetzt?" fragte Bruder Valentine.

Ich antwortete: „Wir fragen einfach."

Bruder Valentine ging auf einen Mann zu, der vor einem Gebäude stand, und fragte ihn, ob er eine Flavia Salazar Gòmez kenne.

Überrascht antwortete der Mann: „Das ist meine Frau."

Wir gingen zu ihnen nach Hause und sprachen mit Flavia. In den zwei Jahren, seit sie Mexiko verlassen und keinen Kontakt mehr mit der Kirche gehabt hatte, hatte sie getreu das Wort der Weisheit befolgt und jeden Tag gebetet.

Wir gaben dem Baby einen Segen. Dann fühlte ich mich gedrängt, Flavia einen Segen zu geben und ihr zu verheißen, daß sie den Krebs besiegen und wieder gesund werden würde.

Sechs Monate später traf ich wieder mit Flavia und ihrem Mann zusammen. Sie war bei bester Gesundheit, und die Ärzte hatten ihr gesagt, sie sei vollständig geheilt.

Als Flavia einen Priestertumssegen brauchte, hatte sie Glauben geübt und an einen Missionspräsidenten geschrieben, den sie überhaupt nicht kannte. Der Missionspräsident hatte daraufhin das getan, was der Herr ihm eingab. So einfach war das.

Es mag Menschen geben, die solche Eingebungen in Frage stellen, aber Derartiges geschieht jeden Tag. Fast jeder Priestertumsführer kann, wenn er etwas nachdenkt, davon erzählen, wie ihn der Glaube dazu geführt hat, etwas zu tun, was er gar nicht vorgehabt hatte.

Umkehr ist genauso einfach wie Beten und Glauben. Um um-

TAUFE UND KONFIRMIERUNG SIND GENAUSO EINFACH WIE BETEN UND GLAUBEN UND UMKEHR. WER SICH TAUFEN LÄSST, TUT EINFACH NUR DAS, WOZU DER ERRETTER UNS AUFFORDERT.

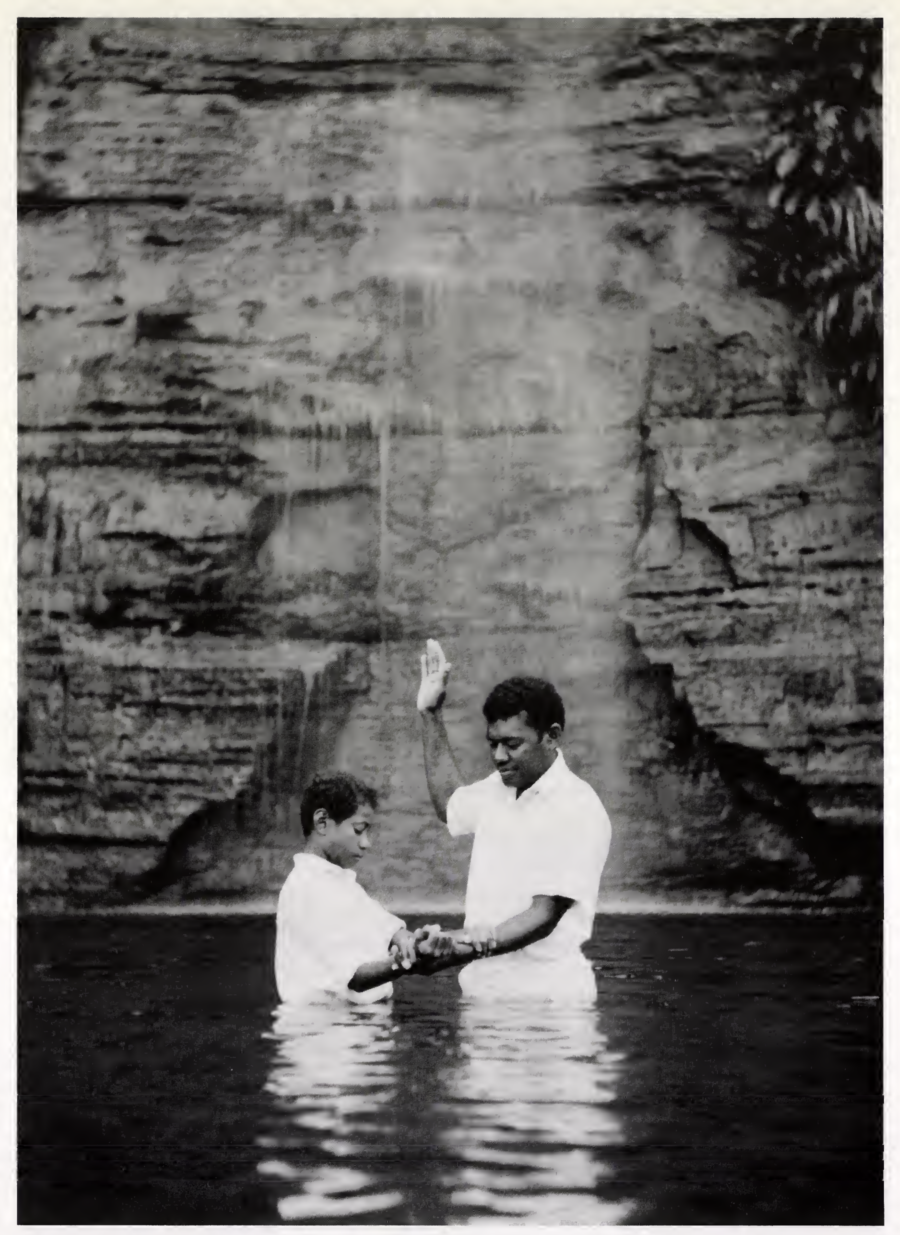


FOTO VON WELDEN ANDERSEN

zukehren müssen wir nichts weiter tun, als mit etwas Falschem aufzuhören und so viel Wiedergutmachung zu leisten, daß wir die Probleme ausräumen, die wir geschaffen haben. Dann müssen wir es dem Herrn eingestehen und manchmal auch dem Bischof beziehungsweise dem Zweigpräsidenten. Das alles läßt sich auf einfache, praktische Weise tun.

Präsident Cowley hat eine interessante Geschichte im Zusammenhang mit der Umkehr erzählt:

In einem kleinen Maori-Dorf an der Ostküste Neuseelands wohnte ein Mann mit Namen Syd. Damals gab es dort einen großen Zweig der Kirche mit ungefähr vierhundert Mitgliedern. Eines Samstagnachmittags kam Präsident Cowley nach achtstündiger Fahrt im Dorf an und besuchte sofort seinen alten Freund Syd.

In jungen Jahren war Syd ein hervorragender Sportler gewesen. Er war in Amerika zur High School und später zur Universität gegangen. Dort war er auch ein bekannter Basketballspieler und ein hervorragender Sportler geworden, und man hatte ihm viel Anerkennung entgegengebracht.

Als Syd noch in den Vereinigten Staaten wohnte, war er zum Siebziger ordiniert worden. Nach seiner Rückkehr nach Neuseeland stellte er fest, daß er der einzige Siebziger im ganzen Gebiet war und daß es kein Kollegium gab, zu dem er gehören konnte.

Er war irgendwie inaktiv geworden und hatte das Wort der Weisheit nicht mehr befolgt, aber tief im Innern wußte er noch immer, daß das Evangelium wahr war.

Präsident Cowley, der Syds Freund und damals Missionspräsident war, besuchte ihn. Syd saß in einem Schaukelstuhl auf der Veranda und rauchte eine dicke Zigarre. Er kaute auch weiter an seiner Zigarre, als sich Präsident Cowley neben ihn setzte, um sich mit ihm zu unterhalten.

Als sie sich eine Weile unterhalten und miteinander gelacht hatten, wurde Präsident Cowley ernst und sagte: „Syd, ich möchte, daß du morgen zur Kirche kommst. Ich werde den Zweigpräsidenten entlassen und einen neuen einsetzen."

Syd antwortete: „Ich bin schon lange nicht mehr in der Kirche gewesen. Sag mir doch einfach, wer der neue Zweigpräsident wird, dann brauche ich mich morgen früh nicht für die Kirche zurechtzumachen."

Präsident Cowley sagte: „Na gut, ich will dir sagen, wer Zweigpräsident wird. Du wirst es."

Syd nahm die Zigarre aus dem Mund, sah sie an und fragte: „Du meinst mich und meine Zigarre?"

Präsident Cowley sagte: „Nein, Syd – ich meine nur dich. Deine Zigarre brauchen wir nicht."

Da warf Syd die Zigarre auf die Erde vor der Veranda. Er dachte kurz nach, wandte sich dann Präsident Cowley zu und sagte sehr demütig: „Ich werde das Wort der Weisheit nicht wieder brechen. Ich zahle den vollen Zehnten. Ich werde Zweigpräsident werden und dazu würdig sein. Morgen früh bin ich da, und ich verspreche dir, daß ich der beste Zweigpräsident im ganzen Land sein werde. Du brauchst dir keine Sorgen um mich und darum zu machen, ob ich nach dem Evangelium lebe oder nicht."

Die nächsten Jahre wirkte Syd als einer der stärksten und besten Führer in der Mission. Sein Sohn wurde nach Gründung des Pfahls der erste Bischof der Gemeinde. Vor kurzem wurde sein Enkel aus der Berufung als Bischof entlassen. Syds ganze Familie ist heute stark und in der Kirche aktiv und gehört zu den großen Familien in Neuseeland. Und warum? Weil Syd wußte, wie man Umkehr übt. Er kehrte nämlich auf der Stelle um.

Als er zur Umkehr aufgerufen wurde, ließ er von seinen weltlichen Wegen ab. Er wurde ein treues Mitglied und blieb es bis zu seinem Tod.

In den meisten Fällen ist zur Umkehr nichts weiter erforderlich. Ist Ihnen klar, wie einfach das im Grunde war? Präsident Cowley hat Syd niemals zur Umkehr aufgefordert. Er hat ihm vielmehr die Möglichkeit gegeben, der Kirche in einer Priestertumsberufung zu dienen. Syd wußte, daß er nicht mehr sündigen durfte, wenn er diese Berufung annahm, und deshalb hörte er auf der Stelle damit auf. Es war vorbei – so einfach war das. Der Herr nahm seine Umkehr an, und Syd wurde ein großer Führer in der Kirche.

Taufe und Konfirmierung sind genauso einfach wie Beten und Glauben und Umkehr. Wer sich taufen läßt, tut einfach nur das, wozu der Erretter uns auffordert, nämlich zum Priestertum zu gehen, uns durch Untertauchen taufen zu lassen und durch Händeauflegen den Heiligen Geist zu empfangen. Diese heiligen Handlungen brauchen auch nicht kompliziert zu sein.

Fast jeder Grundsatz und jede Lehre der Kirche können in einfachen Worten wiedergegeben werden, wenn wir uns darum bemühen. Es ist ohne Frage möglich, auf einfache Weise ein rechtschaffenes, ordentliches Leben zu führen.

Der himmlische Vater hört unser Beten, also beten Sie!

Er schenkt uns Glauben, also bitten Sie ihn darum!

Er hilft uns, Umkehr zu üben, deshalb kehren Sie um, wo es notwendig ist!

Auf die einfachste mir bekannte Weise gebe ich demütig Zeugnis, daß Jesus der Messias, der Sohn Gottes und das Oberhaupt dieser Kirche ist. Unser Präsident – Ezra Taft Benson – ist ein großartiger Mensch. Er ist der heutige Prophet des Herrn. Mögen wir ihn unterstützen und Christus so nachfolgen, wie es der Fall sein soll. □

KINDERSTERN

116. JAHRGANG
KIRCHE JESU CHRISTI DER HEILIGEN DER LETZTEN TAGE
MÄRZ 1990





DIE MESSING-PLATTEN



Lehi erklärte Nephi, der Herr wolle, daß er und seine Brüder nach Jerusalem zurückkehrten. Sie sollten von einem Mann namens Laban die Messingplatten holen. (1 Nephi 3:1–3.)



Die Messingplatten waren wichtige Aufzeichnungen. Sie erzählten von Lehis Vorfahren und enthielten das Wort Gottes an seine Propheten. (1 Nephi 3:4,19,20.)



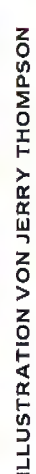
Laman und Lemuel wollten nicht umkehren, um die Messingplatten zu holen. Sie sagten, das sei viel zu schwer. Sie vertrauten nicht auf den Herrn. (1 Nephi 3:5.)



Nephi wollte dem Herrn gehorchen. Er wußte, daß der Herr ihnen helfen würde, die Messingplatten von Laban zu holen. (1 Nephi 3:6–8.)



Laman, Lemuel, Sam und Nephi gingen nach Jerusalem zurück, um die Messingplatten zu holen. (1 Nephi 3:9.)





Laman ging zu Laban und bat ihn um die Platten. (1 Nephi 3:10–12.)



Laban wurde zornig und wollte Laman die Messingplatten nicht geben. Er wollte ihn sogar umbringen. (1 Nephi 3:13.)



Laman entfloh. Er hatte Angst und wollte aufgeben und zu seinem Vater in die Wildnis zurückkehren. (1 Nephi 3:14.)



Nephi sagte, er werde nicht ohne die Messingplatten zurückgehen. Er forderte seine Brüder auf, dem Herrn zu vertrauen, denn dann würden sie die Messingplatten bekommen. (1 Nephi 3:15,16.)



Nephi und seine Brüder gingen in ihr altes Haus in Jerusalem und holten Gold und Silber, um die Platten zu kaufen. (1 Nephi 3:22,23.)



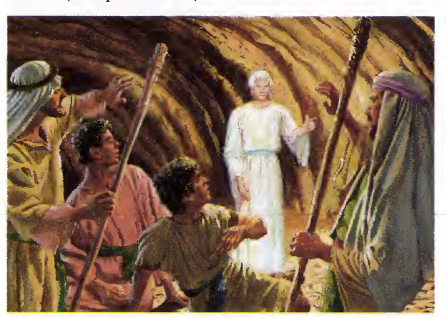
Sie zeigten Laban ihre Reichtümer und boten sie ihm im Tausch gegen die Platten an. Laban wollte ihr Gold und Silber haben, aber er wollte ihnen die Platten nicht geben. (1 Nephi 3:24,25.)



Laban befahl seinen Leuten, Lehis Söhne zu töten. Nephi und seine Brüder rannten davon und verbargen sich in einer Höhle. Laban behielt ihr Gold und ihr Silber. (1 Nephi 3:26,27.)



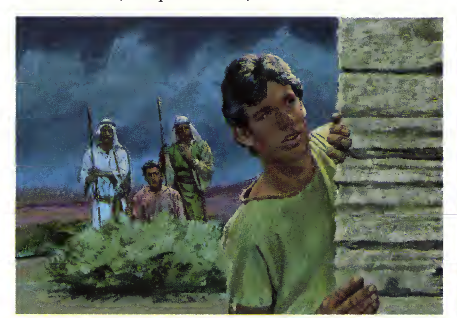
Laman und Lemuel waren zornig auf Nephi. Sie schlugen ihn und Sam mit Ruten. (1 Nephi 3:28.)



Da erschien ein Engel und gebot Laman und Lemuel, aufzuhören. Er sagte, der Herr werde ihnen helfen, die Platten zu bekommen. Er sagte auch, Nephi solle ihr Führer sein. (1 Nephi 3:29,30.)



Nephi forderte seine Brüder auf, an den Herrn zu glauben und sich nicht vor Laban und dessen Leuten zu fürchten. Er machte ihnen Mut, nach Jerusalem zurückzukehren. (1 Nephi 3:31; 4:1–4.)



In dieser Nacht verbargen sich Nephis Brüder außerhalb der Mauern, und Nephi schlich sich in die Stadt. Er ging zu Labans Haus. (1 Nephi 4:5.)



Der Heilige Geist zeigte ihm, was er tun sollte. Als Nephi sich Labans Haus näherte, sah er einen Mann am Boden liegen. Es war Laban. Laban war betrunken. (1 Nephi 4:6–8.)



Nephi sah Labans Schwert und nahm es auf. Der Heilige Geist sagte Nephi, er solle Laban töten, aber das wollte Nephi nicht. (1 Nephi 4:9,10.)



Der Heilige Geist sagte Nephi noch einmal, er solle Laban töten, damit er die Platten bekäme. Lehis Familie brauchte die Platten, damit sie das Evangelium lernen konnte. (1 Nephi 4:11–13,17.)



Nephi gehorchte dem Heiligen Geist. Er tötete Laban und legte dessen Kleidung und Waffen an. (1 Nephi 4:18,19.)



Nephi ging in Labans Haus. Dort traf er auf Zoram, Labans Knecht. Nephis Stimme klang wie Labans Stimme. (1 Nephi 4:20.)



Nephi forderte Zoram auf, die Messingplatten zu holen. Zoram hielt Nephi für Laban, deshalb gab er ihm die Platten. Nephi sagte Zoram, er solle ihm folgen. (1 Nephi 4:21–26.)



Als Laman, Lemuel und Sam Nephi kommen sahen, hielten sie ihn auch für Laban. Sie wollten fortlaufen, aber Nephi rief ihnen nach. (1 Nephi 4:28,29.)



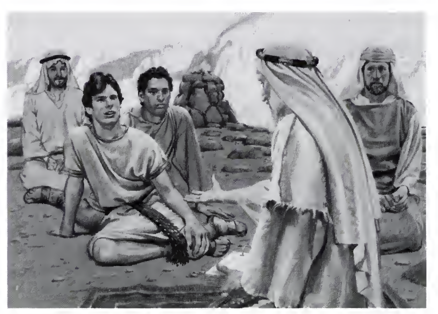
Zoram bekam Angst, als er merkte, daß Nephi gar nicht Laban war. Nephi hielt ihn fest und erklärte ihm, sie würden ihn nicht töten, wenn er mit ihnen käme. (1 Nephi 4:30–33.)



Zoram war bereit, mit ihnen in die Wildnis zu gehen. Nephi und seine Brüder kehrten mit Zoram und den Messingplatten zu Lehi und Saria zurück. (1 Nephi 4:35,38.)



Sie gaben Lehi die Messingplatten. Lehi und Saria freuten sich sehr, daß ihre Söhne wieder da waren. Sie dankten Gott dafür. (1 Nephi 5:1,7–9.)



Lehi las die Messingplatten. Sie enthielten Berichte über Adam und Eva und die Erschaffung der Welt. Außerdem enthielten sie die Worte vieler Propheten. (1 Nephi 5:10,11,13.)



Lehi und Nephi waren glücklich, weil sie dem Herrn gehorcht und die Messingplatten in ihren Besitz gebracht hatten. (1 Nephi 5:20.)



Die Messingplatten enthielten Gottes Gebote. Der Herr wollte, daß Lehis Kinder ihre Kinder anhand der Messingplatten in Gottes Geboten unterwiesen. (1 Nephi 5:21,22.)

EIN EVANGELIUMSQUIZ

MELLONIE GROHMAN

Lies die Stichwörter, und setz dann die fehlenden Wörter aus den Bereichen Missionsarbeit, Evangelium und Buch Mormon ein.

1. Der große Missionar aus dem Buch Mormon, der König Noa gepredigt hat, hieß ______.
2. Wer das Evangelium annimmt, wird durch Untertauchen ______ und damit in die Kirche aufgenommen.
3. Jesus ______ hat die Kirche gegründet.
4. Die Missionare nehmen mit den Untersuchern die ______ durch.
5. Ein Missionar trägt das ______ Priestertum.
6. Eine Taufe findet normalerweise im ______ statt.
7. Der Vater, der Sohn und der Heilige Geist, die ja drei eigenständige Wesen sind, bilden die ______.
8. Der ______ Geist gibt Zeugnis, daß alles wahr ist, was die Missionare sagen.
9. Die richtige Taufmethode ist die Taufe durch ______.
10. Jesus wurde von ______ dem Täufer getauft.
11. Jeder Prophet hat die ______ des Priestertums inne.
12. Ein neuer Missionar wird erst in der ______ unterwiesen.
13. Die beiden Hauptvölker im Buch Mormon sind die Lamaniten und die ______.
14. Wir sollen die Gebote ______.
15. Durch das ______ kann man mit dem himmlischen Vater sprechen.
16. Ein neues Mitglied lernt schon bald, daß die Priestertumsträger ______ bilden.
17. Vor der Taufe muß der Täufling von seinen Sünden ______.
18. Jedesmal, wenn wir das ______ nehmen, erneuern wir unser Taufbündnis.
19. Die Erkenntnis, daß das Evangelium wahr ist, ist ein ______.
20. Die Missionare lehren, daß Joseph Smith das Buch Mormon mit Hilfe des ______ und Tummim übersetzt hat.
21. Lehi hatte einen ______, in dem er den Baum des Lebens sah.
22. Die Missionare erklären, wie wichtig es ist, daß man das Gesundheitsgesetz befolgt, das auch Wort der ______ genannt wird.
23. Präsident ______, der zweite Präsident der Kirche, sandte Missionare und Kolonisten in den gesamten Westen der Vereinigten Staaten.
24. „Wir glauben, ... daß ______ (das Neue Jerusalem) auf dem amerikanischen Kontinent errichtet werden wird." (10. Glaubensartikel.)

LÖSUNG

Ein Evangeliumsquiz: (1) Abinadi, (2) getauft, (3) Christus, (4) Missionarslektionen, (5) Melchisedekische, (6) Taufbecken, (7) Gottheit, (8) Heilige, (9) Untertauchen, (10) Johannes, (11) Schlüsselgewalt, (12) Missionarsschule, (13) Nephiten, (14) befolgen, (15) Gebet, (16) Kollegien, (17) umkehren, (18) Abendmahl, (19) Zeugnis, (20) Urim, (21) Traum, (22) Weisheit, (23) Young, (24) Zion.

EIN PUZZLE-BILD

RUTH IMAN

Für ein Puzzlebild brauchst du Buntpapier in verschiedenen Farben, Klebstoff und weißes Papier.

ANLEITUNG

1. Überleg dir ein einfaches Bild.
2. Damit du leichter mit dem Buntpapier arbeiten kannst, zerschneidest du es am besten in etwa 10 x 15 cm große Rechtecke.
3. Dann reißt du die Seiten des Buntpapiers so ab, daß die Umrisse entstehen, die du für dein Bild brauchst. Diese Umrisse müssen nicht perfekt sein, denn gerade das macht das Bild interessant.
4. Kleb die Buntpapierstücke auf ein weißes Blatt.



MEIN FREUND RICHIE

SANDY TANNER UND BRITTANY SCOTT

Hallo, ich heiße Brittany Scott. Ich möchte euch von einem ganz besonderen Jungen in unserer PV-Klasse erzählen, der Richie Tanner heißt. Warum ist Richie etwas Besonderes? Er ist in seiner Entwicklung zurückgeblieben beziehungsweise geistig behindert. Er sieht aus wie die meisten zehnjährigen Jungen, aber er verhält sich eher wie ein kleineres, etwa fünfjähriges Kind. Bis heute hat er noch nicht deutlich sprechen gelernt, und es dauert bei ihm auch viel länger, bis er etwas begreift.

Richie und ich gehen in die Tapferen-B-Klasse in unserer Gemeinde, nämlich der Gemeinde Monument Park 9 im Pfahl Salt Lake Monument Park. In unserer Klasse sind vier Kinder – Steven Jones, Michael Knudson, Richie und ich. Unsere Lehrerin heißt Janet Fawcett. Sie ist toll! Sie lobt Richie immer, wenn er im Unterricht stillsitzt und zuhört. Schwester Fawcett bittet Richie auch, zu beten oder Fragen zu beantworten. Sie behandelt ihn wie einen ganz normalen Jungen und versucht, ihm das Evangelium genauso verständlich zu machen wie uns.

Früher konnte Richie nicht eine ganze Unterrichtsstunde lang stillsitzen, und deshalb hat unsere PV verschiedene Möglichkeiten ausprobiert, wie wir ihm helfen könnten. Damals hatte Richie eine Lehrerin ganz für sich allein, nämlich Schwester Neva Clayton. Sie setzte sich mit Richie in unsere Klasse und ging mit ihm auf den Flur, wenn er Krach machte oder den Unterricht auf andere Weise störte. Aber jetzt kann Richie ganz alleine in der Klasse sitzen, so wie jedes andere Kind!

Ich habe gesehen, wie Richie gelernt hat: Er spricht besser, er paßt besser auf, und er singt mit. Ich hoffe, daß er eines Tages ganz allein eine Ansprache halten kann.

Michael und Russell, Richies Brüder, und Anne, seine Schwester, helfen ihm, damit er zur PV gehen kann. Richie geht gerne zur PV, und er ist auch gerne mit den anderen PV-Kindern zusammen, weil sie ihm das Gefühl geben, daß er zu ihnen gehört. Es ist schön, daß Richie bei uns in der PV ist, und er hört immer zu, wenn die anderen Kinder eine Ansprache halten. Er ist uns allen ein Vorbild.

Manchmal wünsche ich mir, ich wäre mehr so wie Richie, weil er nämlich so nett, freundlich, ehrlich, dankbar und aufrichtig ist. Richie zeigt seine Liebe auf ganz besondere Weise. Er ist mein Freund! Ich hoffe, daß Richie mich auch als seine Freundin betrachtet. Richie gehört zu den nettesten Jungen, die ich kenne! □





FOTO VON WELDEN ANDERSEN

ICH LEBE IN EINER WUNDERSCHÖNEN WELT

LAUREL ROHLFING

Siehe, ich bin Jesus Christus, der Sohn des lebendigen Gottes, der die Himmel und die Erde erschaffen hat. (LuB 14:9.)



Der himmlische Vater und Jesus Christus haben die wunderschöne Welt für uns erschaffen. Der Prophet Nephi hat geschrieben: „Der Herr hat die Erde erschaffen, damit sie bewohnt werde; und er hat seine Kinder erschaffen, damit sie sie besitzen sollen." (1 Nephi 17:36.)

Wir genießen die Welt mit Hilfe unserer fünf Sinne. Wir können uns an einer schönen Blume freuen, indem wir sie ansehen, an ihr riechen und sie anfassen. Wir können das Zwitschern der Vögel hören und den Donner bei einem Gewitter. Wir können Gemüse und anderes Leckeres schmecken und essen, das die Erde hervorbringt.

MEINE FÜNF SINNE

ICH HABE ZWEI OHREN ZUM HÖREN,
ZUM RIECHEN EINE NASE,
EINE ROTE ZUNGE ZUM SCHMECKEN,
VIEL HUNGER WIE EIN HASE.

AUCH MEINE GLATTE HAUT IST WICHTIG
ZUM FÜHLEN UND BERÜHREN;
ICH HABE ZWEI AUGEN ZUM SEHEN,
DIE MICH GANZ RICHTIG FÜHREN.

ANLEITUNG

Sieh dir die Bilder an, die zeigen, was der himmlische Vater und Jesus geschaffen haben, damit wir uns daran erfreuen, und zieh dann einen Kreis um den Sinn, mit dem wir jeweils dies und das genießen. Zähl zum Schluß, wie oft du einen Kreis um jeden Sinn gezogen hast, und mal die Bilder dann aus.

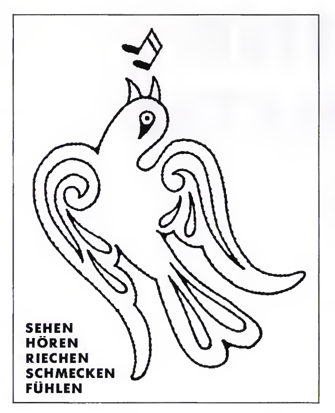
ANREGUNGEN FÜR DAS MITEINANDER

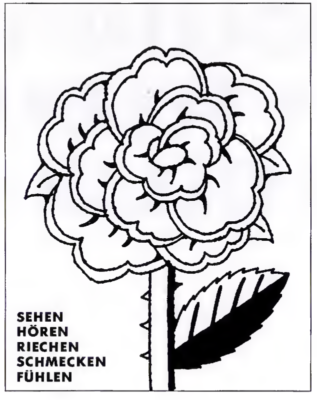
1. Lernen Sie mit den Kindern das Lied „Der Vater im Himmel liebt mich" (Sing mit mir, B-59), und veranschaulichen Sie es mit Bildern.

2. Machen Sie fünf Kinder zu „Experten" für jeweils einen Sinn. Seine anderen Sinne werden ausgeschaltet, indem sie ihm die Augen verbinden, ihm eine Klammer auf die Nase setzen oder Watte in die Ohren stecken. Jedes Kind soll nur aufgrund des einen ihm zugeteilten Sinnes Objekte benennen.

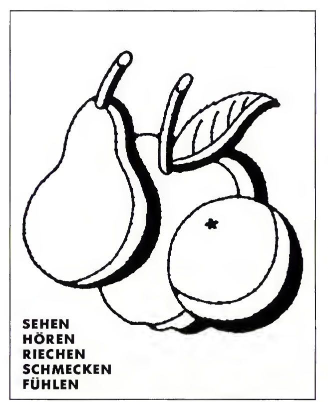
3. Bilden Sie fünf Gruppen, und teilen Sie jeder Gruppe einen der fünf Sinne zu. Jede Gruppe soll so viele Schöpfungen des himmlischen Vaters wie möglich aufschreiben, die man mit dem ihr zugeteilten Sinn wahrnehmen kann. Anschließend werden die Listen verglichen, und alle Doppelnennungen werden ausgestrichen. Was bleibt noch übrig? Machen Sie deutlich, daß wir oft mehr als einen Sinn gleichzeitig gebrauchen.

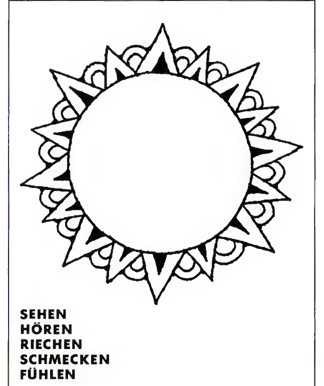
4. Die jüngeren Kinder können das Gedicht als Fingerspiel machen und bei der Nennung eines Sinns auf das entsprechende Körperteil zeigen. Die Kinder können auch Augen, Ohren, Nase, Mund und Finger auf ein Blatt Papier zeichnen.











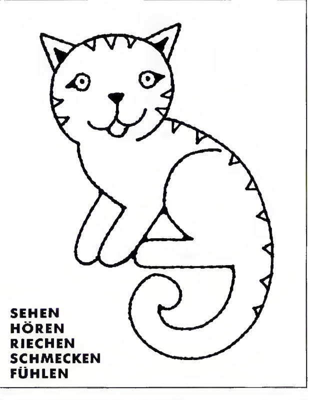








ILLUSTRATION VON DICK BROWN

CAROLINE UND MARY ELIZABETH ROLLINS

KELLENE RICKS

Es war ein heißer Julitag, aber Mary Elizabeth Rollins und ihre Schwester Caroline lagen fröstelnd über großen Papierbogen. Sie befanden sich in einem Maisfeld, und der Mais, der mehr als anderthalb Meter hoch stand, verbarg die beiden Mädchen vor den Blicken der zornigen Männer, die nach ihnen suchten. Die Mädchen hielten den Atem an und beteten darum, daß die Männer die Suche aufgeben und das Maisfeld verlassen würden.

Man schrieb das Jahr 1833, und in Independence im US-Bundesstaat Missouri gab es viel Aufregung. Immer mehr Mormonen ließen sich in der Gegend nieder, aber die Nichtmitglieder wollten, daß die Mormonen den Landkreis Jackson in Missouri verließen. Statt dessen aber wurden es immer mehr. Bruder William Phelps hatte sogar eine Druckerpresse, und die ganze Stadt wußte, daß er die Offenbarungen, die der Prophet Joseph Smith empfangen hatte, druckte und für die Veröffentlichung vorbereitete.

Und genau auf diesen Offenbarungen lagen die beiden Mädchen. Ein Haufen wütender Männer hatte sich sehr über einen Artikel aufgeregt, den Bruder Phelps geschrieben hatte und der in der Zeitung der Kirche abgedruckt worden war. Mary Elizabeth und ihre Schwester Caroline – fünfzehn und dreizehn Jahre alt – hatten mitangesehen, wie die Männer in das Haus von Bruder Phelps eingebrochen waren und die Druckerpresse sowie die bereits gedruckten Offenbarungen aus dem zweiten Stock hinuntergeworfen hatten. Als Mary Elizabeth die Bogen auf die Straße fallen sah, wußte sie, was sie zu tun hatte. Sie wußte, daß die Offenbarungen und Gebote vom Herrn erteilt worden waren und daß die Heiligen sie unbedingt schriftlich niedergelegt brauchten.

Obwohl beide Mädchen große Angst hatten, rannten sie hin und sammelten so viele Bogen auf, wie sie nur tragen konnten. Als die Männer sie aus dem Fenster heraus bemerkten und ihnen zuschrien, sie sollten aufhören, liefen die Mädchen in ein nahegelegenes Maisfeld, legten sich über die Bögen und beteten um Schutz.

Es schien Stunden zu dauern, bis die Männer die Suche endlich leid wurden, aber schließlich gingen sie doch. Mary Elizabeth und Caroline warteten noch etwas, ehe sie die Bögen aufsammelten und ihr Versteck verließen.

Sie gaben die Offenbarungen Bruder Phelps zurück. Kurz danach wurden ihre geretteten Seiten zusammen mit anderen Seiten, die ebenfalls gerettet worden waren, zu einem Buch zusammengestellt, und ein kleines Buch mit dem Titel *Das Buch der Gebote* wurde gedruckt. Zwei Jahre später wurden diese Gebote und Offenbarungen um weitere Offenbarungen vom Herrn ergänzt, und ein neues Buch wurde gedruckt, nämlich das Buch ‚Lehre und Bündnisse'. Immer wenn Mary Elizabeth und Caroline im Buch ‚Lehre und Bündnisse' lasen, dachten sie an die Rolle, die sie beim Hervorkommen dieser heiligen Schrift gespielt hatten. □

„Meine heilige Schrift wird gegeben werden, wie ich es bestimmt habe, und sie soll in Sicherheit aufbewahrt werden." (LuB 42:56.)

ILLUSTRATION VON CLARK KELLY PRICE



WO UNSERE PROPHETEN GETAUFT WORDEN SIND

WILLIAM G. HARTLEY

Überrascht es euch, daß nicht ein einziger Präsident der Kirche in einem regulären Taufbecken getauft worden ist?

Heute werden die meisten Täuflinge in einem sauberen, glänzenden, gefliesten Becken getauft, das mit warmem, klarem Wasser gefüllt ist. Zum Umziehen steht ein bequemer Umkleideraum zur Verfügung.

Früher aber – und an manchen Orten auch noch heute – sind die Menschen in einem Fluß, einem See, einem Ozean, einer Tonne, einem Schwimmbecken oder an anderer Stelle getauft worden, wo es genug Wasser gab, um einen Menschen ganz unterzutauchen.

Jesus ist im Jordan getauft worden. Der Prophet Alma hat die Menschen in einem Teich getauft, der Wasser Mormon hieß.

Auch die neuzeitlichen Propheten sind nicht im Taufbecken getauft worden.

Joseph Smith wurde am 15. Mai 1829 im Susquehanna getauft, und zwar von Oliver Cowdery, der auf Weisung Johannes des Täufers handelte.

Brigham Young wurde am 14. April 1832 in seinem Mühlteich bei Mendon im US-Bundesstaat New York getauft.

John Taylor wurde am 9. Mai 1836 getauft, und zwar in einem Fluß namens Black Creek in Georgetown in der kanadischen Provinz Ottawa.

Wilford Woodruff wurde am 31. Dezember 1833 in einem eiskalten Fluß bei Richland im US-Bundesstaat New York getauft.

Lorenzo Snow wurde am 3. Juni 1836 im Chagrin getauft, der durch Kirtland im US-Bundesstaat Ohio fließt.

Joseph F. Smith (21. Mai 1852) und *George Albert Smith* (6. Juni 1878) wurden jeder als Junge im City Creek getauft, der damals ungefähr dort vorbeifloß, wo heute das Verwaltungsgebäude der Kirche in Salt Lake City im US-Bundesstaat Utah steht.

Heber J. Grant wurde am 2. Juni 1864 ebenfalls im City Creek getauft, aber im Oberteil eines Wagens, das man dazu von den Rädern genommen und in den Fluß gestellt hatte, um es als Taufbecken zu benutzen.

David O. McKay wurde am 8. September 1881 im Spring Creek in Huntsville in Utah getauft.





Joseph Fielding Smith wurde am 19. Juli 1884 in Salt Lake City getauft, und zwar von seinem Vater. Es ist aber nicht überliefert, wo genau er getauft wurde. Da der Sommer jedoch sehr heiß war, ist anzunehmen, daß er draußen im City Creek getauft wurde.

Harold B. Lee wurde am 9. Juni 1907 in einem Teich in Clifton im US-Bundesstaat Idaho getauft.

Spencer W. Kimball wurde am 28. März 1903 in Arizona getauft, und zwar in einer Wanne, in der normalerweise die geschlachteten Schweine von Borsten und Dreck befreit wurden. Außerdem diente diese Wanne der Familie als Badewanne. Sie war nur für eine Person groß genug, so daß sein Vater neben der Wanne stehen mußte. Manche Mitglieder waren der Ansicht, daß eine auf diese Weise vollzogene Taufe nicht gültig sein könne. Um sicherzustellen, daß Spencer auch wirklich getauft war, wurde er mit zwölf Jahren noch einmal getauft, diesmal im Union-Kanal.

Ezra Taft Benson wurde am 4. August 1907 im Logan-River-Kanal in der Nähe seines Heimatorts Whitney im US-Bundesstaat Idaho getauft.

Von unseren dreizehn Propheten wurden zwei im Fluß, einer im Strom, sechs im Bach, zwei im Teich und einer in der Badewanne und dann in einem Kanal getauft.

Nach der Taufe empfingen alle dreizehn den Heiligen Geist. Sie hielten ihr Taufbündnis ein, befolgten Gottes Gebote und wurden dann zur vom Herrn bestimmten Zeit Gottes Propheten hier auf der Erde. □

WIE SEHR GOTT SEINE KINDER LIEBT

ELDER M. RUSSELL BALLARD
VOM KOLLEGIUM DER ZWÖLF APOSTEL

Um dem Schöpfer wirklich Ehrfurcht entgegenbringen zu können, müssen wir das achten, was er geschaffen hat. Wir müssen uns die Zeit nehmen, mit unseren Kindern zu bewundern, wie aus einer Knospe eine duftende Blüte entsteht, uns auf einen Berg zu setzen und die Stille zu genießen, wenn die letzten Strahlen der Sonne am Horizont erglühen, an den Rosen zu riechen.

Wenn wir die Beweise der Schöpfung um uns herum betrachten, vom Sandkorn bis zu den majestätischen Planeten, dann wird uns langsam bewußt, daß *wir* die erhabenste aller Schöpfungen Gottes sind; wir sind als sein Abbild erschaffen.

Gott zeigt uns seine Liebe dadurch, daß er uns hilft, Fortschritt zu machen und die uns innewohnenden Möglichkeiten voll auszuschöpfen. Ein einfaches Beispiel mag das deutlich machen. Ein Junge konnte nicht richtig mit einem Computer umgehen und verlor bald den Mut. Er wurde wütend und drohte, den Computer zu zerstören. Vernünftigerweise schaltete sich sein Vater ein und ging mit seinem Sohn zum Händler, wo sie ein Benutzerhandbuch kauften. Wer weiß denn auch schließlich mehr über einen Computer als die Firma, die ihn hergestellt hat? Als sich der Junge mit den Weisungen im Benutzerhandbuch vertraut gemacht hatte, konnte er schon bald alle Leistungen seines Computers nutzen.

So ist es auch mit uns. Er, der am meisten über uns und über unsere Möglichkeiten für die Ewigkeit weiß, hat uns in seinem „Benutzerhandbuch" – den heiligen Schriften – Ratschläge und Gebote gegeben. Wenn wir diese Anweisungen kennen und befolgen, hat unser Leben einen Sinn. Dann machen wir die Erfahrung, daß unser Schöpfer uns liebt und möchte, daß wir glücklich sind. □

(Nach einer Ansprache anläßlich der Generalkonferenz im April 1988.)



ILLUSTRATION VON LORI ANDERSEN

KOFFEIN – EINE DROGE, DIE ZU SCHLEICHENDER ABHÄNGIGKEIT FÜHRT

CLIFFORD J. STRATTON

Kaffee und das darin enthaltene Koffein sind für ein Dutzend Krankheiten in den Vereinigten Staaten mitverantwortlich – angefangen bei Herzkrankheiten, der häufigsten Todesursache, bis hin zur chronischen Erschöpfung, über die viele Menschen klagen. (Goulart, 1984; siehe die Literaturhinweise am Ende des Artikels.)

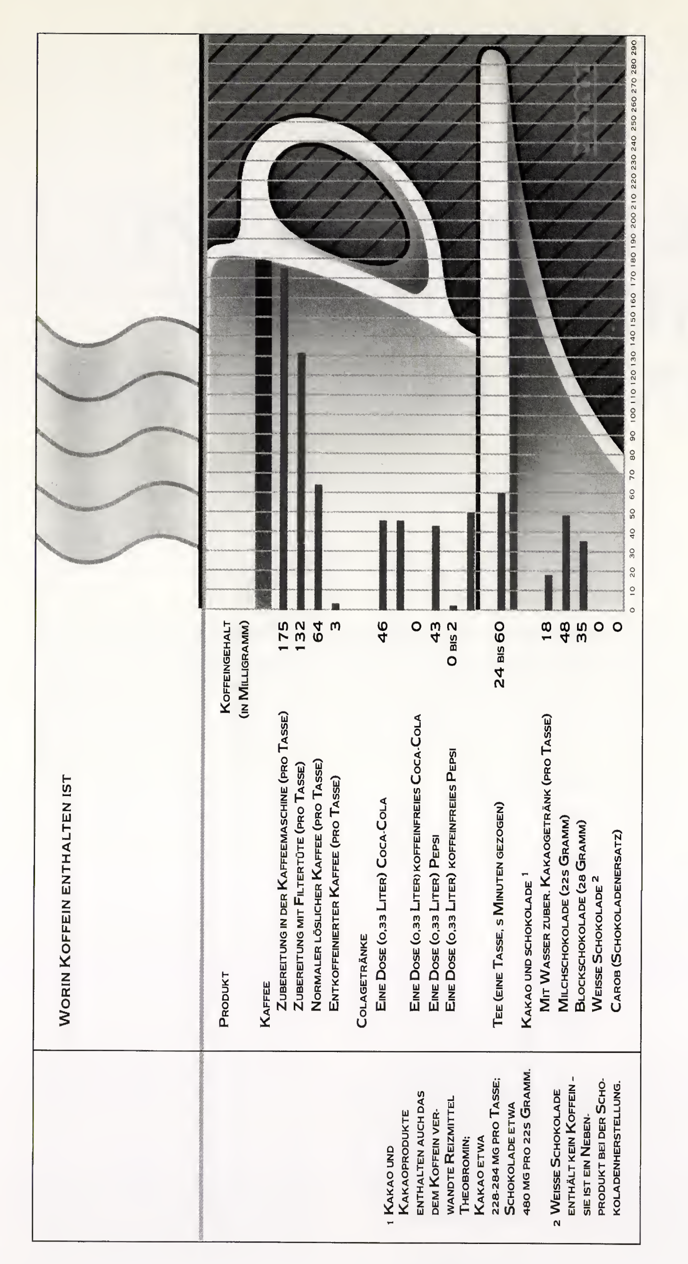
Natürlich sind die Vereinigten Staaten nicht das einzige Land, wo viele koffeinhaltige Getränke konsumiert werden. Die folgenden Ergebnisse einer Umfrage aus den USA stehen stellvertretend für ein weltweites Problem.

Die Forscher im medizinischen Bereich vermuten schon lange, daß der Kaffeegenuß zu Krankheiten des Herzens und der dazugehörigen Blutgefäße führt. Allerdings war es schwer, hierfür eindeutige Beweise zu finden. Schon ehe über Herzkrankheiten berichtet wurde, gab es bereits viele Studien, die den Kaffeeverbrauch maßen. Andere Studien wiederum bezogen andere Risikofaktoren wie das Zigarettenrauchen, das Alter oder den Cholesterinspiegel des Blutes nicht genug mit ein. Daher ließ sich nicht belegen, ob eine entstandene Herzkrankheit tatsächlich in erster Linie vom Kaffeegenuß herrührte.

Seit 1980 haben aber mehrere Forschungsteams bedeutende medizinische Berichte veröffentlicht, die deutlich zeigen, daß der Koffeinmißbrauch über lange Zeit sehr gefährlich ist. Forscher am National Center for Health Statistics und an der Johns Hopkins Medical School haben beispielsweise vor kurzem die Ergebnisse ihrer dreißigjährigen Studien veröffentlicht, die einen engen Zusammenhang zwischen Kaffeegenuß und Erkrankungen der Herzkranzgefäße nachweisen. (LaCroix et al., 1986.)

DIE FÜHRER DER KIRCHE RATEN VOM GENUSS EINES JEGLICHEN GETRÄNKS AB, DAS SCHÄDLICHE SUBSTANZEN ENTHÄLT, DIE ZUR ABHÄNGIGKEIT FÜHREN KÖNNEN. JEDES GETRÄNK, DAS STOFFE ENTHÄLT, DIE DEM KÖRPER SCHADEN, IST ZU MEIDEN.

Dr. Caroline Bedell Thomas hatte diese Studie 1946 begonnen. Sie und andere Mediziner führten dreißig Jahre lang über 1030 Ärzte Buch und zeichneten alle Veränderungen in bezug auf den Kaffeegenuß, den Blutdruck, den Cholesterinspiegel und den Zigarettenkonsum auf. Bei der Auswertung dreißig Jahre später litten 10,7 Prozent der Teilnehmer, die pro Tag fünf oder mehr Tassen Kaffee tranken, an Erkrankungen der Herzkranzgefäße; von denen, die keinen Kaffee tranken, litten nur 1,6 Prozent daran. Selbst als man eine Änderung des


Worin Koffein enthalten ist

Produkt	Koffeingehalt (in Milligramm)
Kaffee	
Zubereitung in der Kaffeemaschine (pro Tasse)	175
Zubereitung mit Filtertüte (pro Tasse)	132
Normaler löslicher Kaffee (pro Tasse)	64
Entkoffeinierter Kaffee (pro Tasse)	3
Colagetränke	
Eine Dose (0,33 Liter) Coca-Cola	46
Eine Dose (0,33 Liter) koffeinfreies Coca-Cola	0
Eine Dose (0,33 Liter) Pepsi	43
Eine Dose (0,33 Liter) koffeinfreies Pepsi	0 bis 2
Tee (eine Tasse, 5 Minuten gezogen)	24 bis 60
Kakao und Schokolade [1]	
Mit Wasser zuber. Kakaogetränk (pro Tasse)	18
Milchschokolade (225 Gramm)	48
Blockschokolade (28 Gramm)	35
Weisse Schokolade [2]	0
Carob (Schokoladenersatz)	0

1 Kakao und Kakaoprodukte enthalten auch das dem Koffein verwandte Reizmittel Theobromin; Kakao etwa 228-284 mg pro Tasse; Schokolade etwa 480 mg pro 225 Gramm.

2 Weisse Schokolade enthält kein Koffein - sie ist ein Nebenprodukt bei der Schokoladenherstellung.

LITERATURHINWEISE

Bunker, M. L. und M. McWilliams, „Caffeine Content in Common Beverages“. *Journal of American Dietetic Association*, 74 (1979):30.

„Caffeine: How to Consume Less“, *Consumer Reports*, Oktober 1981, Seite 597-599.

Dyer, A. R., D. LeGrady, R. B. Shekelle, J. Stamler, K. Lin, O. Paul und M. Lepper: „Coffee Consumption and Twenty-Year Mortality in the Chicago Western Electric Company Study“, Referat anläßlich des Zehnten Weltkongresses der Kardiologen in Washington D. C., 1986.

Goulart, F. S., *The Caffeine Book*, New York, 1984,. *Harvard Medical School Health Letter 7*, Nr. 9 (Juni 1982).

LaCroix, A. Z., L. A. Mead, K. Y. Liang, C. B. Thomas und T. A. Pearson, „Coffee Consumption and the Incidence of Coronary Heart Disease“, *New England Journal of Medicine*, 315 (1986), Nr. 16:97781.

Mathias S., C. Garland, E. Barrett-Connor und D. L. Wingard, „Coffee, Plasma Cholesterol, and Lipoproteins: A Population Study in an Adult Community“, *American Journal of Epedemiology*, 121 (1985):896-905.

Prineas, R. J., D. R. Jacobs jun., R. S. Crow und H. Blackburn, „Coffee, Tea and VPB“, *Journal of Chronic Disease*, 33 (1980):67-132.

Stratton, C. J., „The Xanthines: Coffee, Cola, Cacao, and Tea“, *BYU Studies*, 20 (1980):37-388.

Kaffeeverbrauchs und andere Faktoren in die Rechnung einbezog, ergab sich, daß das Risiko, am Herzen zu erkranken, für jemanden, der viel Kaffee trinkt, zwei bis dreimal so hoch ist wie für jemanden, der keinen Kaffee trinkt. Man fand aber auch heraus, daß jemand, der viel Kaffee getrunken, dann aber damit aufgehört hatte, zehn Jahre später nicht häufiger am Herzen erkrankte als jemand, der nie Kaffee getrunken hatte.

Beim Zehnten Weltkongreß der Kardiologen in Washington D.C. legte eine weitere Forschungsgruppe die Ergebnisse ihrer Studien vor, die sie über einen Zeitraum von zwanzig Jahren über den Zusammenhang zwischen Kaffeegenuß und Erkrankungen der Herzkranzgefäße gemacht hatten. (Dyer et al., 1986.) Sie hatten 1910 Patienten in den mittleren Jahren untersucht und auch solche Faktoren wie die Anzahl der täglich gerauchten Zigaretten, das Alter, den Cholesterinspiegel und den diastolischen Blutdruck einbezogen.

Hierbei wurde ein bemerkenswerter Zusammenhang zwischen reichlichem Kaffeegenuß und dem Tod aufgrund einer Herzkrankheit festgestellt. In ihrem Bericht heißt es: „Diese Ergebnisse untermauern die These, daß sich jeder, der täglich mehr als fünf Tassen Kaffee trinkt, einem erhöhten Risiko aussetzt, an einer Erkrankung der Herzkranzgefäße zu sterben, vor allem an einem kurzen, aber schweren Herzmuskelinfarkt, der mehrfach nacheinander auftreten kann." (Dyer et al., 1986, Seite 22.) Ein *Herzmuskelinfarkt* bedeutet, daß kleine Bereiche des Herzmuskelgewebes absterben, und zwar als Folge der Unterbrechung der Blutzufuhr.

Manche Menschen, die kein Koffein zu sich nehmen wollen, weichen auf entkoffeinierten Kaffee aus. Medizinische Forschungen in den letzten zehn Jahren haben aber gezeigt, daß zwischen 40 und 50 Prozent derer, die entkoffeinierten Kaffee trinken, an Magen-Darmerkrankungen – Magengeschwüren, Dickdarmkatarrh oder Durchfall – leiden. (Goulart, 1984.) Der Genuß von entkoffeiniertem Kaffee fördert die Magensäureproduktion, da durch die Röstung der Kaffeebohnen scharfe Säuren und Öle freigesetzt werden, die die Magenwände reizen. Eine Studie an 13 000 Krankenhauspatienten in Boston im US-Bundesstaat Massachusetts hat ergeben, daß das Risiko, einen Herzmuskelinfarkt zu erleiden, für jemanden, der entkoffeinierten Kaffee trinkt, genauso hoch ist wie für jemanden, der normalen Kaffee trinkt. (Health Letter, 1982.)

Mehrere Studien haben Gründe dafür genannt, warum der Kaffeegenuß in so engem Zusammenhang mit der Erkrankung der Herzkranzgefäße stehen könnte. Das liegt erstens daran, daß der Kaffee, der eine gewisse Menge Koffein – also ein Stimulans – enthält, zu einer Veränderung des Herzrhythmus führen kann, was wiederum zu schweren Herzerkrankungen führt. Zweitens ist ein Zusammenhang zwischen Kaffeekonsum und Erhöhung des Cholesterinspiegels im Blut möglich. (Mathias et al., 1985.)

Offensichtlich hat die Wirkung des Koffeins mit dem Körpergewicht zu tun. Für einen 70 kg schweren Erwachsenen „bedeuten eine Tasse löslicher Kaffee oder eine Dose Colagetränk ungefähr 1 mg Koffein pro Kilogramm seines Körpergewichts. Bei einem kleinen Kind wird die gleiche Anregung schon durch eine Tasse Kakao oder einen Schokoladenriegel erreicht. Wenn ein Kind eine Dose Colagetränk trinkt, . . . so ist seine Koffeinaufnahme der Koffeinaufnahme eines Erwachsenen vergleichbar, der vier Tassen löslichen Kaffee trinkt. . . . Unruhe, Reizbarkeit, Schlafstörungen und Nervosität sind unter anderem die Folge." (Buker und McWilliams, 1979, Seite 30.)

Die Eltern in der Kirche müssen sich darüber im klaren sein, wie sich Koffein auf Kinder auswirkt. Wie aus der Liste am Ende des Artikels ersichtlich ist, enthalten viele weitverbreitete Getränke und Produkte Koffein, und zwar in unterschiedlicher Menge. Diese Produkte sind nur zum Vergleich aufgeführt.

Nach zwanzigjähriger Erfahrung im medizinischen Bereich sage ich allen Mitgliedern, die mich um Rat fragen, daß es wohl gegen den Geist des Wortes der Weisheit verstößt, der in ‚Lehre und Bündnisse' 89 zu finden ist, wenn man etwas ißt oder trinkt, was dem Körper schadet. In den Nachrichten der Kirche für das Priestertum vom Februar 1972 heißt es: „Es gibt keine offizielle Auslegung des Wortes der Weisheit, abgesehen von dem, was die führenden Brüder in der Anfangszeit der Kirche erklärt haben, nämlich daß unter heißem Getränk Tee und Kaffee zu verstehen ist.

Die Kirche hat niemals eine offizielle Stellungnahme zu Colagetränken herausgegeben, aber die Führer der Kirche raten im allgemeinen – und wir jetzt im besonderen – vom Genuß eines jeglichen Getränks ab, das schädliche Substanzen enthält, die zur Abhängigkeit führen können. Jedes Getränk, das Stoffe enthält, die dem Körper schaden, ist zu meiden."

Das Wort der Weisheit ist genau das, was sein Name besagt – es warnt uns weise vor Getränken, die unserem Körper schaden. □

Dr. Clifford J. Stratton ist Arzt im Bereich Humananatomie der medizinischen Fakultät der University of Nevada in Reno. Er gehört zum Pfahl Sparks in Nevada.

WIE MAN KINDER BETEN LEHRT

Es ist unmöglich, die Segnungen zu ermessen, die einer Familie zuteil werden, die jeden Tag ernst und demütig betet.

Fast jedes Kind fragt irgendwann einmal: „Warum möchte der himmlische Vater, daß wir zu ihm beten?" Indem die Eltern ihren Kindern zeigen, wie sie selbst voller Achtung und Dankbarkeit beten, leiten sie sie auf einen Lebensweg, der zu Dankbarkeit, Segnungen, Trost, Führung, Glauben und Liebe führt.

Eine geistige Gesinnung beginnt mit dem Gebet. Wie gut wir jedes einzelne Gebot halten, wird auf die eine oder andere Weise davon beeinflußt, ob wir regelmäßig aufrichtig mit dem himmlischen Vater sprechen. Es ist unmöglich, die Segnungen zu ermessen, die einer Familie zuteil werden, die jeden Tag ernst und demütig betet.

Präsident Gordon B. Hinckley hat gesagt: „Ich weiß nicht, was Spannungen in der Familie besser löst als das gemeinsame Gebet, wobei man dem Herrn gemeinsam die eigenen Schwächen bekennt und ihn bittet, das Zuhause und alle, die darin wohnen, zu segnen." (*Improvement Era*, Juni 1963, Seite 531.)

Wenn wir unseren Kinder erklären, wie man betet, dann können wir die folgenden Punkte mit einbeziehen: (1) Dankbarkeit ausdrücken, (2) um Einigkeit und Liebe bitten, (3) um Hilfe bitten, wenn wir sie nötig haben, und (4) sich um die Kraft bemühen, Versuchungen zu widerstehen.

Dankbarkeit. Beim Beten können wir dem himmlischen Vater für seine Güte und seine Segnungen danken. Wenn wir sagen, wie dankbar wir füreinander, für unser Zuhause und für besondere gemeinsame Erlebnisse sind, dann spüren die Kinder nicht nur, daß wir dankbar sind, sondern lernen auch, ihre Dankbarkeit selbst in Worte zu kleiden. Wir können dem himm-

WENN WIR SAGEN, WIE DANKBAR WIR FÜREINANDER, FÜR UNSER ZUHAUSE UND FÜR BESONDERE GEMEINSAME ERLEBNISSE SIND, DANN SPÜREN DIE KINDER NICHT NUR, DASS WIR DANKBER SIND, SONDERN LERNEN AUCH, IHRE DANKBARKEIT SELBST IN WORTE ZU KLEIDEN.

lischen Vater auch für die Wiederherstellung des Evangeliums, für die Schönheit der Natur, für eine sichere Reise und für bestimmte Segnungen danken, die unserer Familie zuteil geworden sind.

Einigkeit. Zu den großen Segnungen, deren sich eine Familie erfreut, die gemeinsam betet, gehört die Festigung des Familienbands. Indem wir zum Herrn aufrichtig wegen uns und unserer Kinder beten, entsteht ein starkes Band der Liebe. Das Familiengebet bringt uns einander physisch und geistig auf eine Weise näher, die uns hilft, schwere Zeiten zu überstehen.

Einem Vater fiel es schwer, seiner Familie zu zeigen, daß er sie liebte, aber beim Beten konnte er sagen, was er empfand. Die Tochter, die das Verhalten ihres Vaters als Gleichgültigkeit ausgelegt hatte, war sehr gerührt, als ihr Vater bat: „Bitte segne meine liebe Tochter, damit sie richtig handelt." Ein schüchterner Junge, der sich selbst nur als Feigling betrachtete, spürte Stolz und Selbstachtung, als seine Eltern dem Vater im Himmel für ihren rücksichtsvollen, guten Sohn dankten.

Andererseits ist es für uns Eltern tröstlich zu wissen, daß wir von einem allweisen liebevollen Vater im Himmel Führung und Verständnis erwarten dürfen.

Das Beten hilft uns, unsere Kinder und ihre individuellen Bedürfnisse besser zu verstehen. Wir können Einsichten empfangen, durch die wir sie besser belehren und erziehen können.



FOTO VON CRAIG DIMOND

Das Gebet eint die Familie und erschließt ihr die Kraft und den Einfluß des Himmels. Es ermöglicht uns, unseren Kindern auch dann noch nahe zu fühlen, wenn sie verheiratet oder wegen Mission oder Studium von zu Hause fort sind. Dieses Gefühl der Nähe können wir ebenso für andere Angehörige empfinden, wenn wir für sie beten.

Bedürfnisse. Das Gebet kann auch eine Quelle des Trostes sein, wenn wir etwas Besonderes brauchen oder vor einem Problem stehen. Wir können für jemanden aus unserer Familie beten, der seinen Glauben oder sein Zeugnis verloren hat. Der Apostel Jakobus schreibt: „Betet füreinander, damit ihr geheilt werdet. Viel vermag das inständige Gebet eines Gerechten." (Jakobus 5:16.) Wir können darüber beten, welche Arbeitsstelle wir annehmen sollen, ob wir eine größere Anschaffung machen sollen, wie wir einem Nachbarn helfen oder wie wir unsere Berufung in der Kirche gut erfüllen können, wie wir am besten mit Genealogie oder Tempelarbeit anfangen können.

Elder Bruce R. McConkie hat erklärt, daß die Intensität unseres Gebets sich mit unseren Bedürfnissen ändert. Er verwies dabei auf den Erretter im Garten Getsemani: „Und er betete in seiner Angst noch inständiger, und sein Schweiß war wie Blut, das auf die Erde tropfte." (Lukas 22:44.)

„Hier haben wir etwas Eigenartiges", fährt Elder McConkie fort, „das Sie bitte beachten. Der Sohn Gottes ‚betete noch inständiger'! Er, der stets alles gut gemacht hat ... zeigt hier uns, seinen Brüdern, daß alle Gebete – einschließlich seiner eigenen – voneinander verschieden sind. Größere Bedrängnis erfordert ernsteres und gläubigeres Flehen vor dem

Thron dessen, für den die Gebete der Heiligen Wohlgeruch sind.“ („Warum hat der Herr bestimmt, daß wir beten sollen“, *Der Stern*, August 1976.)

Widerstandskraft. Durch das Beten rüsten wir uns und unsere Familie mit großer Kraft gegen den Einfluß und die Versuchungen des Satans aus. Wenn wir inbrünstig darum beten, Gut und Böse unterscheiden zu können, wird unser Zuhause ein gegen den Widersacher geschützter Ort des Friedens und der Liebe. Außerdem empfangen wir geistige Kraft, um Versuchungen zu überwinden.

WANN SOLL MAN BETEN?

Es ist uns geboten worden, im stillen, mit der Familie und öffentlich zu beten. In der Bergpredigt hat der Herr seinen Jüngern erklärt, wie sie beten sollten – im Verborgenen und aus lauteren Beweggründen (siehe Matthäus 6:5-15).

Jeden Tag, wenn wir uns zurückziehen, um persönlich mit dem Herrn zu sprechen, können wir die Kraft und die Einsicht erlangen, die wir brauchen, um unserer Aufgaben als Eltern gerecht zu werden. Wenn wir dann mit unseren Kindern über geistige Erlebnisse sprechen, zeigen wir ihnen, welchen Wert es hat, jeden Tag einige Zeit allein zu sein und zu beten.

Die Führer der Kirche haben uns geraten, zweimal täglich mit der Familie zu beten, und zwar morgens und abends. Das Familienoberhaupt bestimmt, wer das Gebet spricht. Bei besonderen Anlässen mag es angemessen sein, daß reihum jeder in der Familie laut betet, bis alle die Möglichkeit hatten, ein Gebet zu sprechen.

„Wenn wir mit den Kindern zum Familiengebet niederknien, eignen sie sich eine Gewohnheit an, die sie ihr Leben lang behalten“, schreibt Präsident Spencer W. Kimball. „Wenn wir uns nicht die Zeit zum Beten nehmen, sagen wir unseren Kindern damit eigentlich: ‚Na ja, so wichtig ist das nicht. Macht euch deswegen keine Sorgen.‘ ... Wenn man es [das Beten] aber nicht plant, wird es nie passen! Wie groß ist aber andererseits die Freude, wenn das Beten in der Familie zu einem festen Brauch geworden ist, so daß die Eltern, wenn sie später ihre verheirateten Kinder besuchen, ganz selbstverständlich auf die gewohnte Weise mit ihnen zum Beten niederknien!“ (*The Miracle of Forgiveness*, Seite 253f.)

Unsere Einstellung vor und nach dem Beten ist wichtig. Tut man so, als sei das Gebet lediglich eine notwendige Unterbrechung unserer täglichen Tätigkeiten, oder geht man mit der Einstellung „Na, dann woll’n wir mal wieder“ daran, dann verringern wir seine Bedeutung ganz beträchtlich. Bereiten wir uns nicht darauf vor, mit dem Herrn zu sprechen, dann führt das oft zu mechanischen, leblosen Gebeten, die nichts bewirken. Das gilt auch, wenn wir nach dem Beten schnell aufstehen, ohne einen weiteren Gedanken daran zu verwenden. Wir verringern damit weitgehend die Wirkung und die Bedeutung des Gebets.

Ich weiß von einer Familie, die versucht, daß Familiengebet zu einer ruhigen, lohnenswerten Erfahrung zu machen, indem sie vor dem Gebet eine Zeit der inneren Sammlung einlegt. „Wenn wir die Familie zum Beten zusammenrufen, holen wir damit viele Leute mitten aus ihren verschiedenen Aufgaben und Vorhaben. Jeder hat seine Gedanken auf das konzentriert, was er gerade getan hat, und darum brauchen wir ein paar Minuten, um uns auf das Beten vorzubereiten. Wir sagen unseren Kindern: ‚Laßt uns einen Augenblick darüber nachdenken, warum und zu wem wir beten. Laßt uns still darüber nachdenken, ... wofür wir dankbar sind ...‘

Oft fragen wir auch jeden von uns, ob wir irgendwelche besonderen Bedürfnisse oder Segnungen im Gebet erwähnen sollen.

Cynthia mag dann um einen klaren, wachen Verstand bitten, weil sie sich auf eine Klassenarbeit vorbereitet; Maria möchte vielleicht damit gesegnet werden, daß sie bei einem Klavierkonzert am Abend gut spielen kann; Stephen braucht Hilfe bei den Proben für ein Scout-Leistungsabzeichen ... Sandra braucht Führung, während sie eine FHV-Stunde vorbereitet ... Auf diese Weise werden wir uns der besonderen Bedürfnisse eines jeden von uns bewußt und beten gezielt.“ („Teaching our Children to Pray“, *Ensign*, Januar 1976, Seite 61.)

Durch das Familiengebet läßt sich manchmal auch eine Atmosphäre schaffen, in der man gemeinsam etwas tun kann, was sonst nicht möglich zu sein scheint. Ann Banks berichtet: „Unser halbwüchsiger Sohn zog sich jedesmal zurück und war verschlossen, wenn wir mit ihm irgendein Problem besprechen wollten. Wir überlegten, es sei am besten, wenn wir mit ihm zu einem Zeitpunkt sprachen, wo er offen und aufnahmebereit war, und das schien nach dem Familiengebet am Morgen der Fall zu sein. Im Haus war es dann ruhig, und wir konnten offen und ungestört miteinander reden und einander unsere Gefühle zeigen. Das Gespräch verlief weit weniger verkrampft, wenn wir vorher ein Gebet sprachen.“ (*Ensign*, Januar 1976, Seite 37.)

WIE SOLL MAN BETEN?

Will man Kinder beten lehren, ist das eigene Beispiel dabei am wichtigsten. Unsere Kinder lernen beten, indem sie uns beten hören. Außer beim Familiengebet können wir zu verschienden Anlässen auch mit jedem Kind allein beten.

Kleine Kinder können das wiederholen, was jemand aus der Familie vorbetet. Wenn wir darauf achten, ausdrücklich wegen etwas zu beten, was für die Kinder selbst wichtig ist, und wenn wir abgedroschene Phrasen vermeiden, dann werden die Kinder nicht den Eindruck bekommen, daß das Beten bloß ein mechanischer Vorgang sei.

In der Primarvereinigung lernen die Kinder die vier Schritte des Betens:

„Vater im Himmel ...

Wir danken dir ...

Wir bitten dich ...

Im Namen Jesu Christi. Amen."

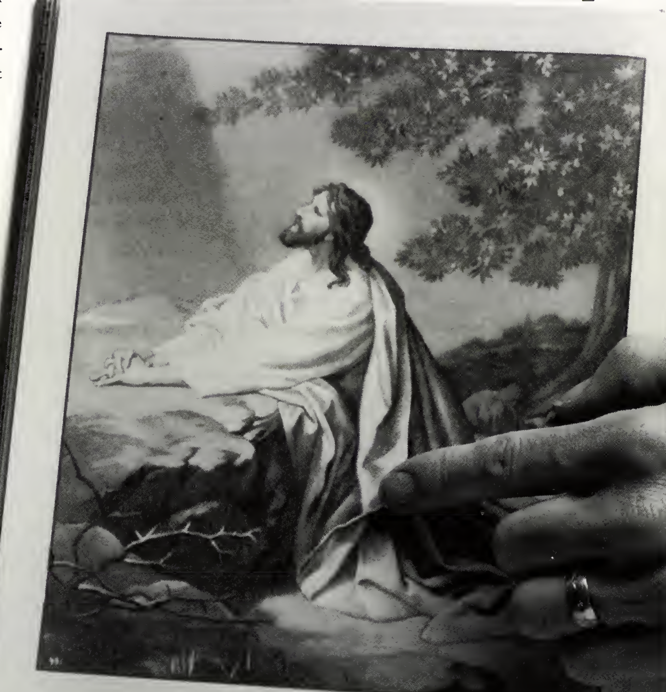
Dieser Aufbau hilft den Kindern, an das Wesentliche beim Beten zu denken. Eine Mutter hat einmal über ein denkwürdiges Erlebnis mit ihrem Kind berichtet: „Eines Abends hörte ich zu, wie unsere zweieinhalbjährige Tochter betete. Sie bat den himmlischen Vater, ihre Decke zu segnen, außerdem ihr Kätzchen, die Bäume und anderes, aus dem damals ihre Welt bestand. Ich fragte mich, ob der Herr auch solch ein unbedeutendes Gebet erhöre, und sofort empfing ich durch den Geist die Bestätigung dafür, daß der Vater im Himmel sich sehr wohl meiner Tochter und ihrer Gebete bewußt war und daß er sie liebt und gut kennt. Bis zum Ende des Gebets blieb dieser Geist bei mir und vermittelte mir so eine größere Achtung vor dem Gebet und und vor dem Kind, das ich aufziehen durfte."

Wir müssen unsere Kinder aber nicht nur lehren, wie man betet, sondern auch, wie man die Antwort auf ein Gebet erkennt. Dazu können wir erzählen, wie wir eine Antwort auf ein Gebet empfangen haben, und wir können Beispiele aus der heiligen Schrift anführen. Wir können erklären, daß eine Antwort in Form eines Gedankens kommen kann, als Gefühl, als Empfinden von Wärme und Frieden, oder als sanfte, leise Stimme. Eine Antwort wird uns beispielsweise vielleicht dann zuteil, wenn wir in der heiligen Schrift lesen.

Wie wir in unseren Kindern die richtige Einstellung zum Beten formen, so müssen auch wir uns bereitwilliger belehren lassen, wenn wir beten. Man muß, wie Arthur Bassett sagt, „vom Lärm, vom Tumult und von den Sorgen der Welt ablassen und erkennen, daß er Gott ist (siehe Psalm 46:11)." Wenn man dann diese Ruhe geschaffen hat, muß man sich alle Mühe geben, „die Tiefe der Seele immer weiter auszuloten ...

Ein lebendiges Gebet ist niemals nur eine dreiminütige Pause auf dem Weg zur Nachtruhe. Statt dessen muß man den Geist des Herrn in die Gedanken einlassen und, im Licht seiner Führung, den eigenen Lebenswandel aufs Gründlichste prüfen. In diesen Augenblicken der völligen Konzentration können neue Gedanken in den Geist einfließen." (*Ensign*, Januar 1976, Seite 32f.)

Wenn wir unsere Kinder dann in den Grundelementen des Betens und in seiner Bedeutung für das geistige Wachstum unterwiesen haben, werden wir gemeinsam mehr über dieses wunderbare Geschenk lernen und unser Beten vervollkommnen wollen, wie wir auch unser Leben durch Gehorsam vervollkommnen, indem wir darum beten, daß des Herrn „Wille geschehe wie im Himmel, so auf der Erde" (siehe Matthäus 6:10). □



ELDER BRUCE R. MCCONKIE HAT ERKLÄRT, DASS DIE INTENSITÄT UNSERES GEBETS SICH MIT UNSEREN BEDÜRFNISSEN ÄNDERT. ER VERWIES DABEI AUF DEN ERRETTER IM GARTEN GETSEMANI.

GROSSMUTTERS LEBENSGESCHICHTE

DOUGLAS T. EREKSON

Als ich noch studierte, stürzte meine Großmutter eines Tages die Treppe hinunter und verletzte sich so schwer, daß ihr Herz dreimal aussetzte und sie wiederbelebt werden mußte. Außerdem hatte sie ein paar Rippen, die Hüfte und den Kiefer gebrochen. Am schlimmsten aber war, daß sie ihr Augenlicht fast vollständig verloren hatte.

Ein paar Wochen später starb mein Großvater ganz plötzlich an einem Herzinfarkt. Da fragte Großmutter sich, warum sie ihren Unfall überhaupt überlebt hatte. Großvater fehlte ihr, und sie sehnte sich danach, wieder mit ihm zusammen zu sein. Glücklicherweise hatte sie einen guten Heimlehrer, der ihr ein Gefühl der Geborgenheit vermittelte.

Die Zeit verging, und Großmutter kam zu der Erkenntnis, daß es einen Grund dafür geben müsse, daß sie den Sturz überlebt hatte. Sie beschloß, diesen Grund herauszufinden. Ihr wurde bewußt, daß von einem Menschen nicht viel übrigbleibt, wenn er einmal von der Erde geschieden ist. Von ihren Enkel- und Urenkelkindern – darunter auch ich – kannten viele sie und Großvater gar nicht besonders gut. Sie wollte aber, daß wir unsere Vorfahren kennenlernten. Weder sie noch Großvater hatte je ein Tagebuch geführt, und deshalb beschloß sie, über ihre fünfzigjährige Ehe und ihren Dienst in der Kirche zu schreiben.

Mit diesem Ziel vor Augen machte ihr das Leben wieder Spaß. Die einzige Frage war, wie sie das schaffen sollte. Sie war fast blind, und sie konnte nicht Schreibmaschine schreiben. Sie versuchte, ihre Erinnerungen auf Band zu sprechen, aber ihr Gedächtnis war nicht mehr gut genug, um alles genau festzuhalten.

Ungefähr zu der Zeit rief Großmutter bei mir an und fragte, ob ich ihr bei der Zusammenstellung ihrer Lebensgeschichte helfen wolle. Ich hatte bisher keine enge Beziehung zu meinen Großeltern gehabt und auch überhaupt keine Lust, ihr bei diesem Vorhaben zu helfen. Außerdem hatte ich nicht genug Geld, um zu ihr zu fahren und ihr zu helfen.

Aber der Herr muß gewollt haben, daß ich ihr half, denn als ich das College abgeschlossen hatte, fand ich eine Anstellung und eine Wohnung ganz in der Nähe meiner Großmutter. Ich wollte ihr zwar noch immer nicht bei der Zusammenstellung ihrer Lebensgeschichte helfen, aber irgendwie fühlte ich mich verpflichtet, ihr Zeit zu widmen.

Eines Tages besuchte ich sie und überlegte, was zu tun sei. Sie hatte einen ganzen Kasten mit Photos, Kassetten, Zeitungsausschnitten und Urkunden. Es mußte Monate, wenn nicht sogar Jahre dauern, das alles zu ordnen!

Aber der Herr erhörte ihre Gebete. Nachdem ich eine Woche gearbeitet hatte, verletzte ich mich am Rücken und durfte eine Weile nicht arbeiten. Deshalb beschloß ich, meinen Genesungsurlaub damit zu verbringen, Großmutter bei ihrer Lebensgeschichte zu helfen. Ich merkte bald, daß wir das benötigte Material am schnellsten zusammenbekamen, wenn ich Großmutter Fragen stellte und ihre Antworten auf Band aufnahm. Wir kamen mit dieser Aufgabe zwar gut voran, aber mein Rückenleiden besserte sich nicht, so daß ich nach einer Weile fast kein Geld mehr hatte. Ich entschloß mich, wieder arbeiten zu gehen; Großmutters Lebensgeschichte mußte eben warten.

Da erzählte mir John Minor, Großmutters Heimlehrer, daß Großmutter eines Nachts beinahe gestorben sei. Es war ihr sehr schlecht gegangen, und sie hatte ihn angerufen – sie wollte ihn nicht um einen Segen bitten, sondern nur darum, daß er für sie betete. Und das hatte er auch getan.

In jener Nacht hatte Bruder Minor geträumt, er sähe meinen Großvater, der sagte, er werde Großmutter rufen. Bruder Minor hatte gebeten: „Das dürfen Sie noch nicht. Sie hat ihr Buch doch noch nicht zu Ende geschrieben.“ Am nächsten Tag hatte er nach Großmutter gesehen, und es war ihr wieder gutgegangen.

Als Bruder Minor mir von diesem Traum erzählte, spürte ich, wie der Geist mir das Herz erweichte. Mir wurde klar, wie wichtig es war, daß wir Großmutters Lebensgeschichte fertigstellten. Es war zwar nicht einfach, aber ich beschloß, ihr so viel Zeit zu widmen, wie ich nur konnte – jedenfalls so lange, wie meine

begrenzten finanziellen Mittel ausreichten.

Jetzt nahmen auch andere Angehörige Anteil. Alle halfen mit, mich mit Essen zu versorgen und meine Miete zu bezahlen, während ich schrieb. In den Taschen einiger Kleidungsstücke, die ich mir von zu Hause hatte schicken lassen, fand ich Geld, das ich ganz vergessen hatte. Der Herr segnete mich und Großmutter, während wir zusammen an dieser Aufgabe arbeiteten.

Je mehr ich schrieb, desto besser verstand ich meine Großeltern. Ich erfuhr, daß sie verfolgt worden waren, als sie sich der Kirche angeschlossen hatten. Kurz nach der Heirat hatten sie festgestellt, daß Großmutter keine Kinder bekommen konnte, aber sie hatte sich daraufhin einer Operation unterzogen, die es ihr ermöglichte, schwanger zu werden. Ich spürte, wie der Geist des Elija mein Herz den Vätern zuwendete, und ich lernte meine Großeltern mehr lieben und schätzen als zuvor.

Nach ein paar Monaten regelmäßiger Arbeit gab ich Großmutter die ersten Kapitel ihrer Lebensgeschichte. Sie war ganz begeistert!

Ein paar Wochen später starb sie.

Nach Großmutters Tod habe ich ihre Lebensgeschichte zu Ende geschrieben und meiner Familie zugänglich gemacht. Ich bin dankbar dafür, daß noch mehr von ihren Nachkommen unsere Großeltern dadurch wie ich lieben und verstehen gelernt haben. □

Douglas T. Erekson ist freischaffender Drehbuchautor und gehört zur Gemeinde Glendale 4 im Pfahl Glendale in Kalifornien.

ILLUSTRATION VON SCOTT SNOW

BLINDHEIT VERSTEHEN

LAURIE WILSON THORNTON

Jeder Blinde braucht das Gefühl, daß er als Persönlichkeit mit einzigartigen Talenten und Fähigkeiten akzeptiert und geliebt wird.

Als ich erfuhr, daß unser Pfahl vorhatte, ein Musical aufzuführen, wollte ich unbedingt mitmachen. Ich hatte schon oft auf der Bühne gestanden, aber seit ich vor drei Jahren blind geworden war, hatte ich meine Neigung zur Schauspielerei vernachlässigt. Ich hatte Angst, kein Regisseur werde eine blinde Schauspielerin nehmen, und ich fragte mich, ob ich die vielfältigen Bewegungen auf der Bühne überhaupt machen könne. Aber mein Wunsch siegte über meine Furcht, und ich sprach für eine Rolle im Musical vor.

Das Vorsprechen klappte sehr gut, aber mein Ehemann, der mich sonst sehr unterstützte, sagte, ich solle mir nicht zu große Hoffnungen machen. Zu meiner Überraschung bekam ich nicht nur die Rolle, die ich mir wünschte, sondern einer der Regisseure hatte noch nicht einmal bemerkt, daß ich blind war! Hätte ich meiner Angst Raum gelassen und den Versuch nicht gewagt, dann hätte ich auf eines der schönsten Erlebnisse in meinem Leben verzichten müssen.

Manche Menschen, mit denen ich mich unterhalten habe, meinen, daß das Leben zu Ende sei, wenn man erblinde, und daß sie lieber alles andere ertragen wollten, nur keine Blindheit. Aber das Leben ist nicht zu Ende, wenn man blind ist. Ein Blinder ist ein ganz normaler Mensch, der nur eben nicht gut sehen kann.



RON GARDNER, ERSTER RATGEBER IN DER JM-LEITUNG SEINER GEMEINDE, IST AUCH BERATER DES LEHRERKOLLEGIUMS UND SCOUTFÜHRER. ER IST AUF DEM WEG ZU EINER KOLLEGIUMSVERSAMMLUNG UND UNTERHÄLT SICH MIT EINEM JUNGEN ÜBER DEN ANGELAUSFLUG MIT DEM BOOT, DEN SIE VOR KURZEM GEMACHT HABEN.

BLIND SEIN

Manche Menschen sind durch eine Fehlentwicklung im Mutterleib oder durch bei ihrer Geburt aufgetretene Schwierigkeiten von Anfang an blind; andere erblinden in späteren Jahren aufgrund eines Unfalls oder einer Krankheit wie zum Beispiel Diabetes. Es kann sein, daß jemand das Augenlicht ganz plötzlich oder ganz allmählich verliert, und dieses Ereignis kann in jedem Alter eintreten. Bei Menschen, die älter als 65 Jahre sind, ist eine Sehbehinderung weit verbreitet.



FOTO VON LONGIN LONCZYNA

Blind sein bedeutet nicht, daß man in völliger Finsternis lebt. Die meisten Menschen, die als Blinde anerkannt werden, besitzen zumindest minimale Sehfähigkeit. Manche nehmen Gegenstände schemenhaft wahr, ohne aber Einzelheiten erkennen zu können; andere sehen sogar so gut, daß sie Großgedrucktes lesen können. Wer ein eingeschränktes Gesichtsfeld hat – das sogenannte Tunnelsehen – sieht nur das, was genau geradeaus liegt; es gibt aber auch eine Form von Blindheit, bei der man nur das sieht, was sich seitlich befindet. Viele Menschen leiden unter Nachtblindheit, während andere nichts sehen, wenn ihnen helles Licht in die Augen fällt.

Demjenigen, der früher sehen konnte, fällt es sehr schwer, sich daran zu gewöhnen, daß er jetzt blind ist. Aber wie bei jeder anderen Veränderung sind auch hier die Einstellung des Betreffenden sowie die Hilfsbereitschaft der Mitmenschen eine große Erleichterung.

Als ich blind wurde, fragte ich mich, ob ich überhaupt noch allein für meinen Mann und meine Kinder sorgen konnte. Eine ganze Zeit war ich sehr niedergedrückt. Aber dann merkte ich, daß ich das meiste von dem, was ich vorher getan hatte, noch tun konnte, wenn ich mir Mühe gab und erfinderisch neue Möglichkeiten dazu schuf.

Vor allem ältere Menschen, die erblinden, haben es sehr schwer, sich daran zu gewöhnen. Ich war sehr traurig, als ich von einer 82jährigen Dame erfuhr, die ihre Tage damit zubrachte, an die Vergangenheit zu denken und den Tod herbeizuwünschen, weil sie nicht mehr lesen, nähen oder anderes tun konnte, was sie früher so gern getan hatte. Eine andere ältere

Dame sagte ihrer Freundin, sie werde nicht mehr zur Kirche gehen, falls sie das Abendmahl nicht mehr sehen könnte, wenn sie es nahm.

Eine solche Einstellung mag für die Anfangszeit der Gewöhnung an das Blindsein kennzeichnend sein, und die Betreffenden brauchen dann Ansporn von Angehörigen und Freunden, die ihnen klarmachen, daß das Leben noch immer sinnvoll sein kann und daß die Hindernisse, die sich der vollen Aktivität in der Kirche entgegenstellen, eher eingebildet sind und nicht so sehr den Tatsachen entsprechen.

Liebevolle, hilfsbereite Freunde können jemandem, der erblindet, viel seelische Kraft geben. Es ist allerdings wichtig, daß diese Hilfe nicht nachläßt. Ein Mensch, der nicht gut sehen kann, verändert sich möglicherweise, während er lernt, sich anzupassen und selbständig zu werden, aber die sehenden Mitglieder müssen sich dennoch Mühe geben herauszufinden, welche Bedürfnisse bestehen bleiben. Ein Blinder braucht einfach das Gefühl, daß er als Persönlichkeit mit einzigartigen Talenten und Fähigkeiten akzeptiert und geliebt wird.

DIE MENSCHEN RICHTIG SEHEN

Die größten Schwierigkeiten, denen sich ein Blinder gegenübersieht, rühren vielleicht daher, daß die Sehenden ihn nicht richtig verstehen. Zu den schlimmsten Ansichten gehören die beiden folgenden: Der Blinde wird entweder als „Übermensch" betrachtet, der Erstaunliches leisten kann, obwohl er blind ist; oder er wird als armer, unglücklicher Mensch angesehen, der selbst die einfachsten Arbeiten nicht erledigen kann. Für den Blinden wäre es aber viel hilfreicher, wenn man ihn als ganz normalen Menschen betrachtete und auch so behandelte.

Bruce Gardner ist Rechtsanwalt in Phoenix im US-Bundesstaat Arizona und blind. Er erzählt von einem Erlebnis, das die oben geschilderte Einstellung veranschaulicht. Als Bruder Gardner in eine neue Gemeinde gezogen war, lernte er einen Jungen im Teenageralter kennen, der – von Geburt an blind – freundlich und intelligent war. Aber die Mitglieder behandelten ihn, als sei er hilflos – sie führten ihn überallhin. „Die Mitglieder sahen, wie selbständig ich war, und hielten das für sehr ungewöhnlich", erzählt Bruder Gardner.

„Als ich zum Heimlehrer des oben erwähnten Jungen berufen wurde, kaufte ich ihm als erstes einen Blindenstock. Am Samstagmorgen gingen wir gemeinsam die kurze Strecke zum Gemeindehaus ab, was er noch nie getan hatte, und dann gingen wir durch das ganze Gemeindehaus, damit er sich mit den Fluren und den einzelnen Räumen vertraut machen konnte. Nach zweimaligem Üben war er imstande, sich überall im Gebäude allein zu bewegen. Die einzige Schwierigkeit bestand darin, daß es vielen Mitgliedern nicht leichtfiel, ihre Einstellung ihm gegenüber zu ändern. Jetzt erfüllt er eine Vollzeitmission und will nach der Rückkehr aufs College gehen."

Es erfordert Zeit, Anstrengung und manchmal auch Übung, wenn man lernen will, etwas zu tun, obwohl man nicht oder nur begrenzt sehen kann. Aber der Betreffende braucht weder übertriebenes Lob noch übertriebenes Mitleid.

„Die Einstellung einem Blinden gegenüber wird immer ein Problem bleiben", sagt Dr. John Crandell, Professor für Entwicklungspsychologie an der Brigham-Young-Universität. „Es gibt Menschen, die sich darüber wundern, daß ich mir selbst die Schuhe zumachen kann."

Pam Taylor aus Bennion im US-Bundesstaat Utah ist der gleichen Ansicht. Sie und ihr Mann, Milt, sind beide sehbehindert und haben sieben Kinder, darunter zweijährige Zwillinge. „Es ist enttäuschend, daß die Leute immer meinen, wenn etwas mit unseren Kindern nicht richtig klappt, wenn sie sich beispielsweise nicht richtig benehmen, dann läge das daran, daß ich blind bin. Sie denken nicht daran, daß alle Eltern mit ihren Kindern solche Schwierigkeiten haben."

DER DIENST IN DER KIRCHE

Mitglieder mit eingeschränkter Sehfähigkeit können fast jede Berufung in der Kirche erfüllen. Selbst Propheten und Apostel haben dem Herrn nach der Verschlechterung ihrer Sehfähigkeit weiter gut gedient – angefangen bei Isaak und Jakob, die beide im Alter nicht mehr sehen konnten, bis hin zu Präsident George Albert Smith und Elder Richard L. Evans, die beide auf einem Auge völlig blind waren. Präsident Marion G. Romney hat sogar scherzhaft über die immer schlechter werdende Sehfähigkeit der damaligen Ersten Präsidentschaft gesprochen und Präsident Kimball, Präsident Tanner und sich selbst als „drei blinde Mäuse" bezeichnet!

Dr. John Crandell weist auf die auf der Hand liegende und doch oft übersehene Tatsache hin, daß „nicht jeder ein großer Lehrer oder Führer sein kann und daß der Grund dafür nicht in der Blindheit des Betreffenden zu suchen ist. Jeder Mensch

DIE ANREGUNGEN EINES HILFSBEREITEN SCOUTFÜHRERS HABEN DAZU BEIGETRAGEN, DASS WENDY BYBEE MÖGLICHKEITEN GEFUNDEN HAT, WIE SICH IHR SOHN JAMES SCOUTABZEICHEN VERDIENEN KONNTE. BEIDE – MUTTER UND SOHN – SIND VON GEBURT AN BLIND.

FOTO VON LONGIN LONCZYNA


BOY SCOUTS OF AMERICA
ALL AMERICAN JAMBORAL
GREAT SALT LAKE COUNCIL

– auch der Blinde – hat eine Gabe erhalten, aber nur wenige haben alle Gaben. Der Blinde soll seine Talente und Fähigkeiten entwickeln können."

Zu viele blinde Mitglieder müssen feststellen, daß ihre Möglichkeiten zum Dienen durch die Einstellung ihrer Mitmenschen eingeschränkt werden. Schwester Clair Todd aus Norwich in England, die jetzt in Homestead im US-Bundesstaat Florida wohnt, sagt dazu: „In manchen Gemeinden – glücklicherweise aber nicht in meiner jetzigen – bin ich für eine Berufung in der Kirche nicht in Betracht gekommen, weil ich blind bin. Dabei gab es Berufungen, die ich ohne Schwierigkeiten hätte erfüllen können! Einmal wurde der Bischof inspiriert, mich zur AE-Repräsentantin zu berufen, aber er wies diese Eingebung mit der Begründung zurück: ‚Aber himmlischer Vater, das kann sie doch nicht.' Die Eingebung kehrte aber immer wieder, und schließlich sprach er mich darauf an. Natürlich konnte ich diese Aufgabe wahrnehmen!"

WEITERE SCHWIERIGKEITEN

Wie gut sich jemand auch an seine Blindheit gewöhnt haben mag – er sieht sich immer noch vielen Schwierigkeiten gegenüber.

Lesen. Die Unfähigkeit, Gedrucktes zu lesen, gehört wohl zu den größten Schwierigkeiten, mit denen fast jeder Blinde zu kämpfen hat. Es ist schwierig, wenn nicht sogar unmöglich, Briefe und Rechnungen zu lesen; es ist schwer, über die neuesten Entwicklungen und Trends auf dem laufenden zu bleiben; es kann sowohl für den Betreffenden als auch für sein Kind enttäuschend sein, wenn er versucht, ihm bei den Hausaufgaben zu helfen.

Moderne technische Geräte wie Kassettenrecorder und Computer machen es dem Blinden heute viel leichter, zu „lesen" und zu schreiben, als es zu der Zeit war, als es nur die Brailleschrift gab. Seit ich blind geworden bin, habe ich gelernt, einen Computer mit Stimmen-Synthesizer zu bedienen; das ermöglicht es mir, weiter zu schreiben und zu redigieren, so wie ich es vor meiner Erblindung einige Jahre getan habe. Aber Kassettenrecorder und Computer lösen nicht alle Probleme; da ein Blinder nur langsam lesen kann, gibt es nämlich immer mehr Lesestoff, als er leicht bewältigen könnte.

Wie können nun einfühlsame Mitglieder helfen? „Wenn mich jemand bittet, als Lehrerin für seine Klasse einzuspringen, dann wäre es sehr hilfreich, wenn er die Lektion auf Kassette spräche", sagt Dianne Brown aus Salt Lake City. „Es ist nämlich manchmal schwierig, jemanden zu finden, der mir die Lektion gerade dann vorliest, wenn ich Zeit zur Vorbereitung habe."

Dr. Thomas H. Pettit, Professor für Augenheilkunde am Klinikum der University of California in Los Angeles und stellvertretender Direktor des Jules-Stein-Augeninstituts meint: „Als ich Bischof war, habe ich oft Gruppen gebildet und beauftragt, beispielsweise im Rahmen eines Dienstprojekts für die sehbehinderten Mitglieder Material auf Band zu sprechen. Das hat sehr gut geklappt, da es in unserem Gebiet viele Mitglieder gibt, die gerne Theater spielen und denen es großen Spaß macht, etwas auf Band zu sprechen."

Tommy Miyasaki aus Sugar City im Bundesstaat Idaho spricht von einem anderen Problem im Zusammenhang mit dem Lesen, das dann entsteht, wenn ein Lehrer etwas an die Tafel schreibt oder ein Poster zeigt, ohne das Geschriebene vorzulesen.

Ich bin dankbar für das Einfühlungsvermögen und die Bedachtsamkeit einer FHV-Lehrerin. Sie gab mir nämlich eine Kassette, auf die sie dasselbe gesprochen hatte, was sie für die anderen Schwestern aufgeschrieben hatte. Außerdem machte sie sich während des Unterrichts die Mühe, alles Anschauungsmaterial zu beschreiben, das sie verwendete.

Beförderung. Für den Blinden ist es schlimm, daß er auf andere angewiesen ist, was die Beförderung angeht, und daß er damit seine Selbständigkeit verliert. Da macht es viel aus, wenn die Mitglieder der Kirche einfühlsam sind. „Ich habe Heimlehrpartner gehabt, die immer zum Fahren bereit waren, selbst dann, als ich zu einer Gemeinde gehört habe, deren Einzugsgebiet groß war", erzählt Dr. Crandell. Mary Maxfield, eine Witwe aus Salt Lake City, berichtet, daß Mitglieder ihrer Gemeinde sie zu den Versammlungen der Kirche und einmal im Monat zum Tempel fahren.

Was mich betrifft, so rufen Mitglieder der Gemeinde oft bei mir an, um zu fragen, wie ich zur FHV-Arbeitsstunde komme oder ob meine Kinder irgendwohin gefahren werden müssen. Das bieten sie so oft an, daß es mir leichtfällt, jemanden anzurufen, wenn sich ausnahmsweise einmal niemand angeboten hat.

Andere Aktivitäten. Wendy Bybee und ihr Sohn James aus West Valley City in Utah, die beide von Geburt an fast völlig blind sind, haben festgestellt, daß ein hilfsbereiter Führer der

LINDA BRAITHWAITE IST BLIND, ABER DAS HAT SIE NICHT DARAN GEHINDERT, ANDERE AN IHREM MUSIKALISCHEN TALENT TEILHABEN ZU LASSEN. SIE WAR IN MEHREREN GEMEINDEN ORGANISTIN UND PIANISTIN UND SINGT DERZEIT IM TABERNAKELCHOR.



Kirche viel bewirken kann. „James hatte immer Schwierigkeiten bei den Pfadfindern, aber seine derzeitige Pfadfinderführerin ist ganz außergewöhnlich. Sie hat sich extra die Zeit genommen, um ihm die Knoten beizubringen; sie schreibt besonders groß für ihn und achtet immer darauf, daß die Ankündigungen, die sie verschickt, auch so kontrastreich gedruckt sind, daß ich sie lesen kann. Außerdem hat sie Möglichkeiten gefunden, daß James sich die Auszeichnungen verdienen kann, wie es seinen Fähigkeiten entspricht, ohne daß die anderen das Gefühl haben, er müsse nichts dafür tun."

Gesellschaftliche Anerkennung. Die Mitglieder in der Kirche sind zwar freundlich zu Blinden, aber sie laden sie selten zu irgendwelchen gesellschaftlichen Ereignissen ein. Heute ist es sehr viel schwieriger, auszugehen und Menschen kennenzulernen als früher, wo ich noch nicht blind war. Ich kann mich nicht neben jemanden setzen, neben dem ich gerne sitzen würde, und nach der Versammlung ein bestimmtes Mitglied finden. Und ich sehe auch die neuen Gesichter in der Gemeinde nicht. Oft bleibt mir nichts anderes übrig, als mich hinzusetzen und darauf zu hoffen, daß jemand die Initiative ergreift und sich neben mich setzt.

HEMMUNGEN ABLEGEN

Vielleicht haben die Leute Angst, sie könnten etwas sagen oder tun, was den Blinden kränkt. Aber weil ich immer Witze über meine Blindheit mache, merke ich, ob jemand sich an meine Blindheit gewöhnt hat, wenn er ebenfalls anfängt, mich damit zu necken. Ich möchte einfach nur, daß ich so behandelt werde, wie man jede andere Freundin auch behandelt.

Eine Schwester aus unserer Gemeinde hat mir erzählt, sie habe ein Auto vorbeifahren sehen und gemeint, ich sitze am Steuer. Deshalb habe sie gewunken. Dann aber habe sie gedacht: „Wie albern! Laurie ist doch blind, da kann sie gar nicht sehen, wenn ich ihr zuwinke." Es kam ihr aber überhaupt nicht eigenartig vor, daß ich Auto fahren sollte. „Ich kam mir so albern vor, als mir das später bewußt wurde", sagte sie. „Ich vergesse einfach immer, daß du blind bist." Das ist wohl das größte Kompliment, das mir jemals gemacht worden ist – wenn jemand mich nämlich so betrachtet, wie er auch jeden anderen Menschen betrachten würde. „Ich vergesse immer, daß du blind bist" – das ist wohl das schönste Kompliment. ☐

Laurie Wilson Thornton ist seit acht Jahren völlig blind. Sie und ihr Mann Scott haben vier Kinder, von denen sie zwei erst nach ihrer Erblindung adoptiert haben.

WAS KÖNNEN SIE TUN?

1. Bringen Sie in Erfahrung, was ein Blinder braucht, damit Sie nicht nur raten müssen, was er tun kann und was nicht. Fragen Sie, ob Sie ihm helfen können, ehe Sie zur Tat schreiten. Wenn er sagt, daß er keine Hilfe braucht, dann glauben Sie ihm.

2. Geben Sie einem Blinden die Möglichkeit zu dienen. Wenn Sie nicht genau wissen, ob er etwas Bestimmtes tun kann, fragen Sie ihn. Überlegen Sie nicht selbst, was er tun könnte und was nicht.

3. Wenn Sie einen Blinden begrüßen, sagen Sie, wer Sie sind, und lassen Sie ihn nicht raten. Oft wird der Blinde zwar Ihre Stimme erkennen, aber er freut sich, wenn Sie sich ihm gleich zu erkennen geben.

4. Wenn ein Blinder mit Ihnen gehen möchte, reichen Sie ihm Ihren Arm und gehen Sie mit ihm; ergreifen Sie nicht seinen Arm, und ziehen Sie ihn nicht mit sich fort. Wenn der Betreffende einen Blindenstock hat, fragen Sie, ob Sie ihm helfen können, anstatt es für selbstverständlich zu halten, daß er Sie braucht. Wenn Sie ihm helfen, einen Platz zu finden, legen Sie ihm die Hand auf den Stuhlrücken, statt ihn auf den Stuhl zu drücken. Denken Sie immer daran: Der Blinde braucht wahrscheinlich weniger Hilfe, als Sie annehmen.

5. Bieten Sie an, dem Blinden etwas vorzulesen oder ihm etwas auf Band aufzunehmen, was es noch nicht auf Band gibt. Wenn Sie beim Lesen zitieren, sagen Sie „Beginn des Zitats" und „Ende des Zitats".

6. Lesen Sie beim Unterrichten vor, was auf Wortstreifen oder Postern steht und was Sie an die Tafel schreiben.

7. Sprechen Sie einen Blinden direkt an; lassen Sie ihm nicht durch jemand anders Fragen stellen. Blindheit wirkt sich nicht auf die Intelligenz aus. Sprechen Sie auch in normalem Ton, und schreien Sie nicht, denn die meisten Blinden sind nicht taub.

8. Gehen Sie nicht davon aus, daß die anderen Sinne eines Blinden, wie zum Beispiel das Gehör, ungewöhnlich gut entwickelt sind. Ein Blinder lernt zwar, seine anderen Sinne besser zu gebrauchen, aber es gibt keine natürliche Kompensation.

9. Lernen Sie einen Blinden kennen! Schließen Sie Freundschaft mit ihm. So werden Sie sowohl Ihr als auch sein Leben bereichern.

ICH MERKTE, DASS ICH SANG

BETTY JAN MURPHY

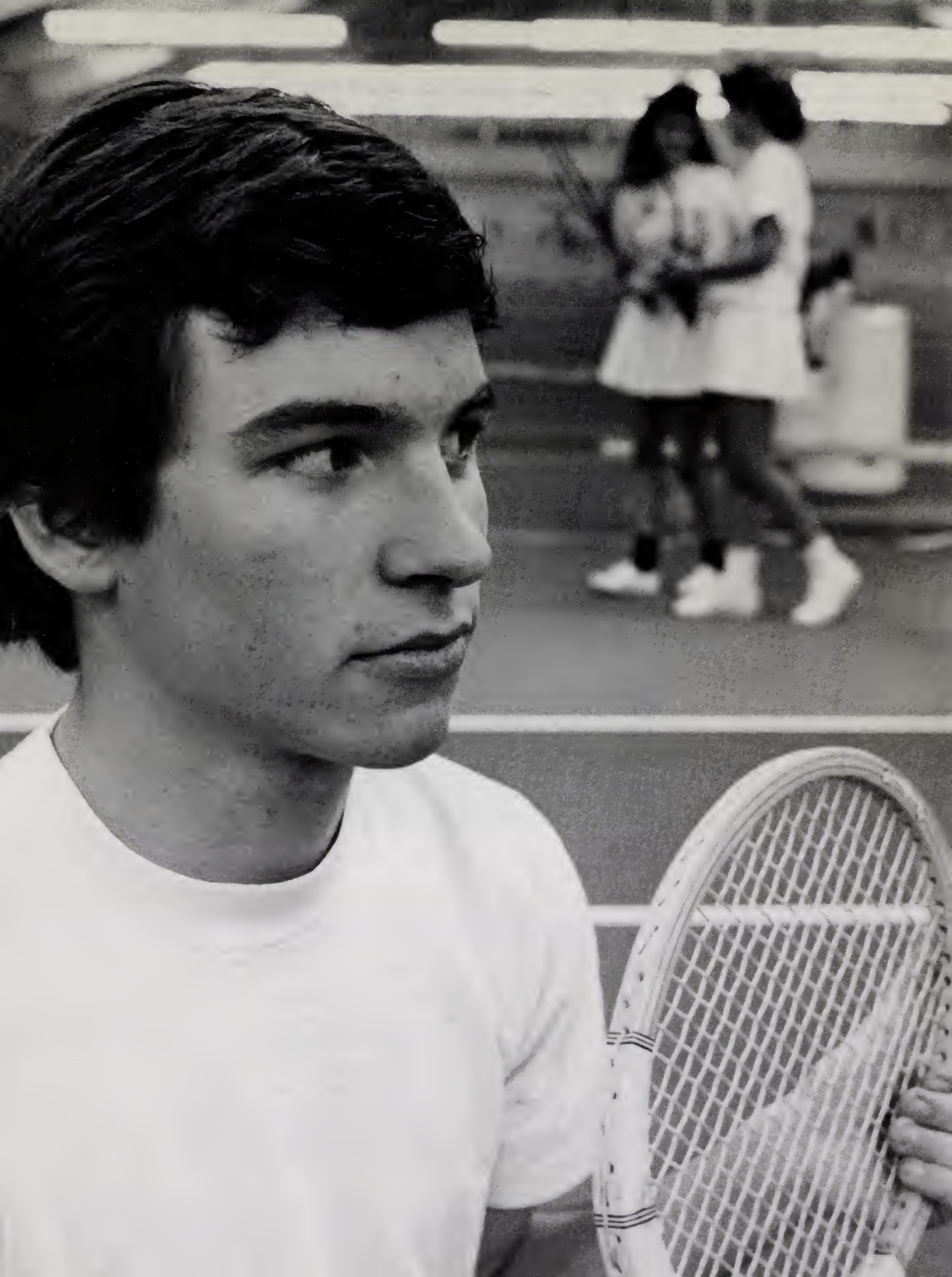


FOTO VON CRAIG DIMOND

Oft läßt der Herr uns durch andere Menschen besondere Segnungen zukommen. Eines Abends, als mich die Fülle der täglichen Arbeiten zu überwältigen drohte, kniete ich mich nieder und bat den Herrn unter Tränen, mir einen neuen Ausblick zu schenken und Hilfe zu senden.

Ein paar Minuten später rief mich eine Freundin an. Sie hatte mit einem Problem zu kämpfen und war ebenso mutlos wie ich. Obwohl keiner dem anderen eine befriedigende Lösung vorschlagen konnte, machte uns unsere kurze Unterhaltung doch Freude.

Und eine halbe Stunde später merkte ich, daß ich sang. Überrascht wurde mir klar, daß mir die Last leichter geworden war. Meine Freundin hat mir später erzählt, auch sie habe sich nach unserem Gespräch besser gefühlt. Wir hatten unsere Probleme zwar nicht gelöst, aber der Herr hatte uns geholfen, einander Kraft zu geben. □



DIE GEDANKEN BEHERRSCHEN

Manchmal, wenn ich ein gutaussehendes Mädchen sehe, kommen mir schlechte Gedanken. Bin ich sittlich verderbt, oder ist das ganz natürlich?

Die Antworten sind als Anleitung, nicht aber als offizielle Aussage seitens der Kirche zu betrachten.

UNSERE ANTWORT

Du bist nicht sittlich verderbt, nur weil dir manchmal schlechte Gedanken kommen. Gedanken haben große Macht, und es fällt uns allen manchmal schwer, damit fertig zu werden. Unerwünschte Gedanken verlangen selbst dann Raum, wenn man sie gar nicht haben will. Ein unschuldiger Vorgang – wenn man beispielsweise bemerkt, wie attraktiv jemand ist – gerät aber schnell außer Kontrolle, wenn man seine Gedanken weiter wandern läßt, als es ratsam ist.

Die Lösung liegt darin, daß man lernt, schlechte Gedanken schon gleich dann aufzuhalten, wenn sie einem in den Sinn kommen. Das mag zuerst schwierig sein, aber es ist zu schaffen.

Elder Boyd K. Packer vom Kollegium der Zwölf Apostel hat über diesen inneren Kampf gesprochen und die Gedanken mit den Schauspielern auf der Bühne verglichen.

„Ist euch schon einmal aufgefallen, daß sich unbeabsichtigt ein kleiner dunkler Gedanke einschleicht . . . und eure Aufmerksamkeit auf sich zieht? Solche unguten Gedanken versuchen, sich im Hintergrund der Bühne einzunisten.

Wenn ihr es zulaßt, daß sie dort bleiben, . . . weil ihr nachgegeben habt, . . . dann werden sie für euch handeln, . . . und zwar bis an die Grenzen eurer Toleranz. . . .

Sie können auch auf interessante Weise beruhigen, ja überzeugen, daß das alles ganz unschuldig ist – denn es sind ja nur Gedanken.

Was aber tut ihr, wenn die Bühne eures Geistes von den Kobolden einer schlechten Denkweise beherrscht wird?

Sucht euch aus den Liedern der Kirche ein Lieblingslied aus, . . . beispielsweise ‚Ich bin ein Kind des Herrn'.

Dieses Lied setzt ihr als Zufluchtsort für eure Gedanken ein. . . . Immer, wenn ihr feststellt, daß dunkle Gedanken aus den Kulissen auf die Bühne eures Geistes geschlüpft sind, legt ihr diese Platte auf.

Wenn dann die Musik einsetzt und sich in euren Gedanken der Text bildet, schleichen sich die unwürdigen Gedanken beschämt davon. So ändert sich die ganze Atmosphäre auf der Bühne eures Geistes. Und weil es dort erbaulich und rein ist, verschwinden die niedrigeren Gedanken." (Ensign, Januar 1974, Seite 28.)

Elder Packer schlägt also vor, daß man seine Gedanken nicht wandern lassen, sondern lieber eine gute Stätte schaffen soll, wo sie sich hinwenden können. Wenn du Angst vor schlechten Gedanken hast, wäre es ratsam, wenn du Fernsehsendungen, Filmen, Videobändern, Büchern, Zeitschriften und Liedern aus dem Weg gehst, die deine Gedanken in die Irre führen könnten. Such statt dessen nach etwas, was dich dem himmlischen Vater näher bringt. Natürlich erhältst du viel Kraft, wenn du in der heiligen Schrift liest und betest.

Wir alle wissen, wie lebhaft die Vorstellungskraft sein kann. Der Erretter hat ja gemahnt: „Wer eine Frau auch nur lüstern ansieht, hat in seinem Herzen schon Ehebruch mit ihr begangen." (Matthäus 5:28.)

Warum diese strenge Maßregel? Weil der Herr weiß, daß der Gedanke der Vater der Tat ist. Wenn wir unsere Gedanken beherrschen können, dann beherrschen wir auch unser Verhalten. Ein Missionspräsident hat seinen

FOTO VON CRAIG MOYER

Missionaren einmal gesagt, es sei nichts Falsches daran, wenn man denke: „Die ist aber hübsch." Aber eben da muß das Denken aufhören.

Warum ist es so wichtig, daß die körperliche Anziehungskraft nicht überbewertet wird? Weil sie nur einen Teilbereich des Planes darstellt, den der himmlische Vater für seine Kinder hat. Die Welt möchte uns dazu bewegen, einen Menschen nur als Objekt für unsere Befriedigung zu betrachten. Eine Beziehung, die auf diesem Gedanken aufbaut, ist schwach und nur darauf ausgerichtet, ein einziges Bedürfnis zu erfüllen.

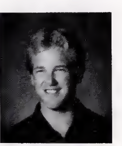
Der Herr hat aber höhere Gnadengaben für uns vorgesehen. Er möchte, daß wir eine liebevolle Frau beziehungsweise einen liebevollen Mann heiraten und uns einer herzlichen, liebevollen, vollständigen Beziehung erfreuen. Der *Herr* läßt uns Liebe und Anziehung empfinden, und zwar sollen das starke Bande sein, die den Mittelpunkt einer einigen, ewigen Familie bilden. Um diese Empfindungen in die richtige Richtung lenken zu können, müssen wir begreifen, daß sie zum Wachsen und Lernen und zur Vorbereitung auf die Tempelehe dazugehören und uns dahin führen sollen, daß wir eines Tages in celestialer Sphäre eine Familie haben.

Wenn du deine Gedanken als den Schüssel zur Beherrschung der Zukunft betrachtest, dann verstehst du auch, warum wir sie laut dem Herrn so gut im Griff haben müssen. „Laß Tugend immerfort deine Gedanken zieren; dann wird dein Vertrauen stark werden in der Gegenwart Gottes." (LuB 121:45.)

MEINUNGEN VON JUNGEN MENSCHEN

Es ist ganz natürlich, daß man sich von einem gutaussehenden Mädchen angezogen fühlt. Das hat Gott auch vorgesehen. Der Satan weiß das aber auch, und deshalb gibt er einem auch ganz heimlich schlechte Gedanken ein. Man muß sich seiner Gedanken immer bewußt sein, und wenn man merkt, daß man an etwas Falsches denkt, muß man solche Gedanken verbannen. Bitte den Herrn um Hilfe, deinen Sinn rein zu halten, und lies täglich in der heiligen Schrift. Ich kenne nichts Besseres, um den Sinn mit guten Gedanken zu füllen, als das regelmäßige Schriftstudium.

Jared Parish, 17
Cedar City, Utah



Nein, du bist nicht sittlich verderbt. Es ist ganz natürlich, daß man solche Gedanken hat, aber es ist nicht gut, wenn man daran festhält. Der himmlische Vater hat gesagt, daß wir lernen sollen, unsere Gedanken, unser Verhalten und unseren Körper zu beherrschen. Ich weiß, das ist leichter gesagt als getan, aber es ist notwendig. Versuch zu Anfang einmal, das Gute in den Menschen zu sehen; dann siehst du das Schlechte wahrscheinlich nicht so schnell. Versuch, dir das Mädchen im Himmel, in der Kirche, im Tempel oder an einem anderen guten Ort vorzustellen; dann lernst du deine Gedanken besser und besser beherrschen.

Naomi Jones, 15
Rigby, Idaho



Ich glaube nicht, daß ein Junge sittlich verderbt ist, wenn er schlechte Gedanken hat. Das ist vielmehr ganz natürlich. Aber vieles ist ganz natürlich – auch daß man unordentlich, faul oder streitbar ist. Das alles muß man überwinden.

Wenn wir auf die Erde gekommen wären, um alles zu tun, was natürlich ist, wozu wären wir dann hier? Wir sind hier, um zu wachsen und Schwächen zu überwinden.

Jedesmal, wenn du anfängst, schlechte Gedanken zu hegen, mußt du gute an ihre Stelle setzen. Merk dir ein gutes Zitat oder ein gutes Lied oder lern eine schöne Schriftstelle auswendig. Erzähl dem himmlischen Vater von deinem Problem und bitte ihn um Hilfe. Mit Glauben kannst du dein Problem dann bewältigen.

Jill Rhead, 17
Phoenix, Arizona

Leider ist das, was du empfindest, ganz normal. Fast jedem Teenager kommen manchmal unsittliche Gedanken im Zusammenhang mit dem anderen Geschlecht. In der heutigen Welt sagen viele, solche Gedanken seien ganz in Ordnung, aber das stimmt nicht. Sie können vielmehr zu unsittlichem Verhalten führen und einen für das ganze Leben zeichnen. Am besten ist es, wenn man etwas anderes hat, womit man sich beschäftigen kann, wenn einem solche Gedanken kommen, so daß man sie vertreiben und statt dessen an eine herrliche Wiese voller schöner Blumen denken oder sein Lieblingslied singen kann. Wenn solche Gedanken sich nicht verscheuchen lassen wollen, muß man mit dem Bischof sprechen und ihn fragen, ob er einem helfen kann. Als letztes – und das ist wahr-

scheinlich das Wichtigste – muß man den himmlischen Vater um Hilfe bitten.

Telindalee Ann Beck, 15
Tacoma, Washington

Jemand hat einmal gesagt: „Man kann ein Buch nicht nach dem Umschlag beurteilen." Oft ist es so, daß wir ein Mädchen beziehungsweise einen Jungen sehen und für hübsch beziehungsweise gutaussehend halten. Der Herr hat uns aber sowohl unterschiedliche äußere als auch innere Eigenschaften gegeben. Daran müssen wir denken, wenn wir jemandem nachsehen, den wir nicht kennen.

Mike Shadler, 23
Kanada-Mission-Winnipeg

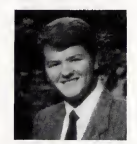
Es ist nur natürlich, daß ein Junge ein Mädchen und dessen körperliche Vorzüge wahrnimmt. Außerdem wäre es sehr schwierig, die Schönheit und Anmut einer jungen Frau zu übersehen. Wir dürfen aber nicht an schlechten Gedanken festhalten. Das ist nicht richtig.

König Benjamin hat gesagt: „Wenn ihr nicht achthabt auf euch und auf eure Gedanken, ... dann müßt ihr zugrunde gehen." (Mosia 4:30.) Alma hat erklärt: „Unsere Gedanken werden uns schuldig sprechen." (Alma 12:14.)

Versuch, dich nicht mit schlechten Gedanken aufzuhalten. Ich hoffe, daß kein Junge auf diese Weise an das Mädchen denkt, das einmal meine Frau werden wird. Denk daran: Der Herr kennt alle deine Gedanken! Wir müssen alle Frauen respektieren. Eine Frau hat ihr Leben aufs Spiel gesetzt, um dich auf die Welt zu bringen.

Bete über deine Frage. Dann bring deine Schwächen vor den Herrn, und er wird sie in Stärken verwandeln!

Matthew D. Carling, 18
Vista, Kalifornien



Vielleicht kann ich ein anderes Licht auf deine Frage werfen. Ich bin in der Kirche aufgewachsen und habe gelernt, daß Gedanken wie die, von denen du sprichst, natürlich und normal sind. Lange habe ich kaum solche Gedanken gehegt, und deshalb hatte ich Angst, mit mir wäre etwas nicht in Ordnung. Wir müssen immer daran denken, daß der Satan uns gerade dann Angst machen möchte, wenn es überhaupt keinen Grund zur Angst gibt. Ich verstehe jetzt, daß das Interesse für und das Bedürfnis nach dem anderen Geschlecht gut ist und von Gott stammt, daß es aber altersabhängig ist und jeder es anders empfindet. Die wahre Prüfung unserer sittlichen Gesinnung besteht darin, wie wir mit den Gedanken und Gefühlen umgehen, die uns bedrängen.

Marc Larsen, 21
Draper, Utah



Nein, du bist nicht sittlich verderbt. Solche Gedanken und Gefühle sind natürlich, aber du darfst sie nicht verweilen lassen.

Ich bin momentan auf Mission, und es fällt auch mir schwer, meine Gedanken unter Kontrolle zu halten, vor allem im Sommer, wenn die ganze Welt nur halbbekleidet herumläuft.

Unser Missionspräsident hat uns geraten, an die Stelle solcher „schlechten Gedanken" so schnell wie möglich gute zu setzen. Denk an ein Kirchenlied, eine Schriftstelle oder Ähnliches, und dadurch verschwinden die schlechten Gedanken. Und bete immer um Hilfe!

Mit der Zeit und wenn du mehr Übung hast, wird das leichter. Wenn du also nächstes Mal ein „gutaussehendes" Mädchen siehst, dann laß sie auch so, indem du gute, reine Gedanken hegst. Denk daran, wer ihr Vater ist! Sie ist eine Tochter *Gottes!*

Glen W. Burr, 20
Indiana-Mission-Indianapolis

Ja, schlechte Gedanken sind natürlich, aber das heißt nicht, daß sie auch in Ordnung sind.

Es fällt schwer, solche Gedanken zu beherrschen. Manchmal muß man sich bewußt anstrengen, ein Kirchenlied zu singen, eine Schriftstelle aufzusagen oder den Gedanken durch das Bild Christi zu ersetzen. Wenn der Gedanke aber nicht verschwindet (und das kommt manchmal vor), dann muß man um die Kraft beten, ihn zu überwinden.

Es ist auch hilfreich, wenn man auf Lieder, Bücher, Poster, Kleidungsstücke oder Unternehmungen verzichtet, die schlechte Gedanken fördern.

Man muß auch Geduld haben, denn im Denken kann sich viel Müll ansammeln. Das Saubermachen fällt dann auch schwer.

Lahni Rock, 16
Djakarta, Indonesien





THOR
STRANGE TALES
DOCTOR STRANGE
CAT MAN
CAT MAN
20¢
RECORD

DIE DUNKLEN WOLKEN DER VERZWEIFLUNG AUFLÖSEN



JOHN B. FISH

ILLUSTRATION VON STEVE MOORE

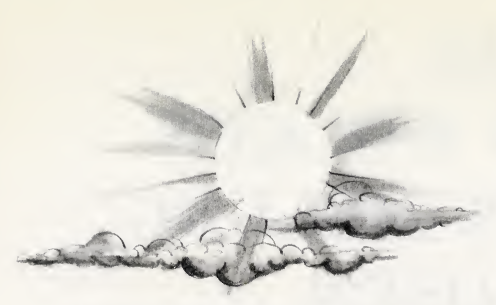
Als ich neun Jahre alt war, habe ich ein Verbrechen begangen – ich habe nämlich beschlossen, ein Comicheft zu stehlen. Der Besitzer des Geschäfts hat mich zwar nicht dabei erwischt, aber meine Eltern waren mißtrauisch, denn sie wußten, daß ich nicht das Geld hatte, um ein Comicheft zu kaufen. Als Mutter dann die Wahrheit aus mir herausbekommen hatte, ging sie mit mir zum Geschäft, wo ich dem Besitzer mein Vergehen gestand. Er ließ mich selbst entscheiden, wie ich meinen Fehler wiedergutmachen und lernen wollte, nie wieder etwas zu stehlen.

Der Boden des Geschäfts bestand aus Hartholz, und jeden Abend streute der Besitzer Sägespäne aus und fegte den Boden, um allen Staub und Schmutz zu entfernen, der sich während des Tages angesammelt hatte. Diese Aufgabe fiel nun mir zu. Ich war fest davon überzeugt, daß ich nur ein paar Tage fegen mußte. Jeden Nachmittag nach der Schule ging ich in das Geschäft, um zu fegen, und jedesmal nickte mir der Besitzer zu und wies auf den Besen sowie den Kasten mit Sägemehl hinten im Laden. Es dauerte Wochen, bis er mir sagte, nun hätte ich wohl lange genug gefegt.

Ich erzähle euch diese Geschichte nicht, um mir Erleichterung zu verschaffen, sondern um deutlich zu machen, daß ich mich noch lebhaft an das Fegen und an den Preis erinnern kann, den ich zu zahlen hatte. Ich weiß auch noch, wie ich das Comicheft gestohlen habe, aber die Schuldgefühle und Gewissensbisse und die tiefe Reue, die damit in Zusammenhang standen, sind längst verschwunden, weil man mir geholfen hat, umzukehren. Heute denke ich an die vielen Stunden, in denen ich fegen mußte, weil ich gestohlen hatte. Das spornt mich an, nicht wieder unehrlich zu sein.

Mehrere Jahre nach meiner Heirat wurde ich zum Sonntagsschullehrer der Fünfzehnjährigen berufen. Die Klasse war groß, und die Schüler waren begeistert und energiegeladen. Ich mußte mich jede Woche gut vorbereiten, damit ich ihnen voran blieb.

Eines Sonntags wartete ein Junge, bis alle anderen weg waren, und fragte dann, ob er mich kurz wegen eines Problems sprechen könne. Er erzählte mir von einer sittlichen Übertretung, die er begangen hatte. Dabei weinte er, und ich merkte, daß er tiefe Reue empfand.



Ich machte ihm Mut, zum Bischof zu gehen, der sein Onkel war, und ging schließlich mit ihm hin. Dort wartete ich draußen vor der Tür. Natürlich hatte ich keinen Anteil an dem, was der Junge von da an tat, aber fast sofort nach dem Gespräch sah ich, wie die dunklen Wolken der Verzweiflung und des Kummers aus seinem Gesicht verschwanden. Es dauerte gar nicht lange, bis er wieder der normale, nette Junge war, der er früher immer gewesen war. Die Umkehr hatte seine Seele rein gemacht, aber auch sein Herz, seinen Sinn und sogar sein Gesicht. Seine Augen waren heller, sein Lächeln herzlicher, und sogar sein Gang und seine Haltung zeigten, daß er glücklich war.

Als ich später Bischof war, lernte ich, daß man sich an fünf Schritte halten muß, wenn man wahrhaft Umkehr üben will:

1. Man muß erkennen, daß man etwas Falsches getan hat.
2. Man muß von seinem sündigen Verhalten ablassen.
3. Man muß seine Sünde bekennen.
4. Man muß Wiedergutmachung leisten.
5. Man muß sich selbst vergeben und Gott um Vergebung bitten.

Als ich Bischof war, kam einmal ein Rosenmädchen zur jährlichen Unterredung zu mir. Es war ein strahlender Sommertag, und die Strahlen der Nachmittagssonne machten die Staubkörnchen sichtbar, die in der Luft tanzten. Wir beide unterhielten uns darüber, wie bedeutsam auch das Kleine, das wir tun, im Vergleich mit dem deutlich Sichtbaren ist.

Ohne Vorwarnung brach sie plötzlich in Tränen aus und hörte gar nicht wieder auf zu weinen. Ich stand auf, ging um den Schreibtisch herum zu ihrem Stuhl und setzte mich neben sie. Dann versuchte ich, sie zu trösten.

„Was ist denn los?“ fragte ich.

„Ich bin einfach fürchterlich!“ schluchzte sie auf.

„Was hast du denn getan, daß du zu dieser Ansicht gelangt bist“? fragte ich.

„Ich bin so gemein zu meiner besten Freundin. Ich verulke sie absichtlich, um sie vor anderen in Verlegenheit zu bringen. Ich bin einfach fürchterlich!“ Dann weinte sie weiter.

„Kannst du mir einmal ein Beispiel dafür erzählen, wie du sie behandelt hast?“ fragte ich vorsichtig.

Sie schilderte mehrere Situationen, wo sie das andere Mädchen, das sie als ihre beste Freundin bezeichnet hatte, gezielt und sehr gemein angegriffen hatte.

„Was soll ich nur tun, Bischof?“ Ich weiß noch, daß sie mich das fragte.

So freundlich und sanft wie möglich erklärte ich ihr, daß sie umkehren müsse.

„Wie?“ fragte sie.

Ich antwortete: „Du hast eingesehen, daß du dich deiner Freundin gegenüber falsch verhältst. Das ist der erste Schritt. Jetzt mußt du überlegen, ob du wirklich umkehren willst. Willst du wirklich alles tun, was dazu erforderlich ist?“ Sie nickte zustimmend.

Während der folgenden Tage und Wochen gab sich das Mädchen alle Mühe, mit den versteckten Gemeinheiten aufzuhören. Sie verwandelte das, was sie früher geplant hatte, um ihre Freundin zu verletzen, in etwas, was ihr half und sie aufbaute.

Sie bekannte mir – ihrem Bischof – ihre Sünden. Dann knieten wir uns gemeinsam zum Beten nieder, und ich hörte zu, während sie Gott ihre Sünden bekannte. Schließlich sprach sie noch mit ihrer Freundin und schloß Frieden mit ihr. Um Wiedergutmachung zu leisten, gab sie sich alle Mühe, ihrer verständnisvollen Freundin das Leben einfacher zu machen. Das war ein gutes Beispiel dafür, daß Vergeben genauso wichtig ist wie das Trachten nach Vergebung. Glücklicherweise waren beide ganz besondere Mädchen.

Nach ein paar Monaten hatte mein Rosenmädchen sich selbst vergeben – ihre Freundin hatte ihr schon seit Wochen vergeben –, und der himmlische Vater hatte ihr auch vergeben.

Nun besaß sie inneren Frieden. Sie weiß ganz bestimmt noch, wie sie ihre Freundin behandelt hat. Das wird ihr helfen, so etwas nie wieder zu tun. Aber sie spürt deswegen keinen Kummer und keine Gewissensbisse mehr, weil sie nämlich vollständig Umkehr geübt hat.

In einer Rede, die Amulek gehalten hat, als er und Alma eine Volksmenge belehrten, forderte er die Anwesenden auf, „den Tag [ihrer] Umkehr nicht bis zum Ende aufzuschieben; denn . . . wenn wir unsere Zeit während dieses Lebens nicht nutzbringend anwenden, dann kommt die Nacht der Finsternis, in der keine Arbeit verrichtet werden kann“ (Alma 34:33).

Wir haben einen liebevollen, gütigen und vergebungsbereiten Vater, der die Last der Sünde von uns nimmt, wenn wir Umkehr üben. Ich bete darum, daß wir ihm gestatten mögen, „die finsteren Wolken der Verzweiflung“ von uns zu nehmen, und daß wir uns dafür entscheiden, den Frieden und das Glück zu erleben, das wahre Umkehr uns ermöglicht. □



„DIE RÜCKKEHR“ VON DAVID HOEFT

„UND [DIE NEPHITEN] SAMMELTEN SICH WIEDERUM UND ZOGEN HINAUS GEGEN DIE LAMANITEN, UM SIE AUS IHREM LAND ZU JAGEN. UND ES BEGAB SICH: DIE LAMANITEN SCHLUGEN SIE UND JAGTEN SIE ZURÜCK UND TÖTETEN VIELE VON IHNEN. UND NUN GAB ES UNTER DEM VOLK LIMHI GROSSE TRAUER UND VIEL WEHKLAGEN ... UND SIE ZOGEN ABERMALS IN DEN KAMPF, WURDEN JEDOCH ABERMALS ZURÜCKGEJAGT UND ERLITTEN GROSSE VERLUSTE. JA, SIE GINGEN NOCH EIN DRITTESMAL HIN UND ERLITTEN EIN GLEICHES; UND DIEJENIGEN, DIE NICHT GETÖTET WORDEN WAREN, KEHRTEN WIEDER IN DIE STADT NEPHI ZURÜCK. UND SIE DEMÜTIGTEN SICH ...“

(SIEHE MOSIA 21:7-13.)



Ich habe schon immer gewußt, daß es einen Vater im Himmel gibt, der mich liebt. Es war so schön, mehr über ihn zu erfahren und zu erkennen, was ich tun muß, um zu ihm zurückzukehren. Ich möchte, daß meine Freunde die Wahrheit erfahren, damit sie auch so glücklich sein können wie ich. Siehe den Artikel „Man ist nie zu jung".

PBMA 9003 GE